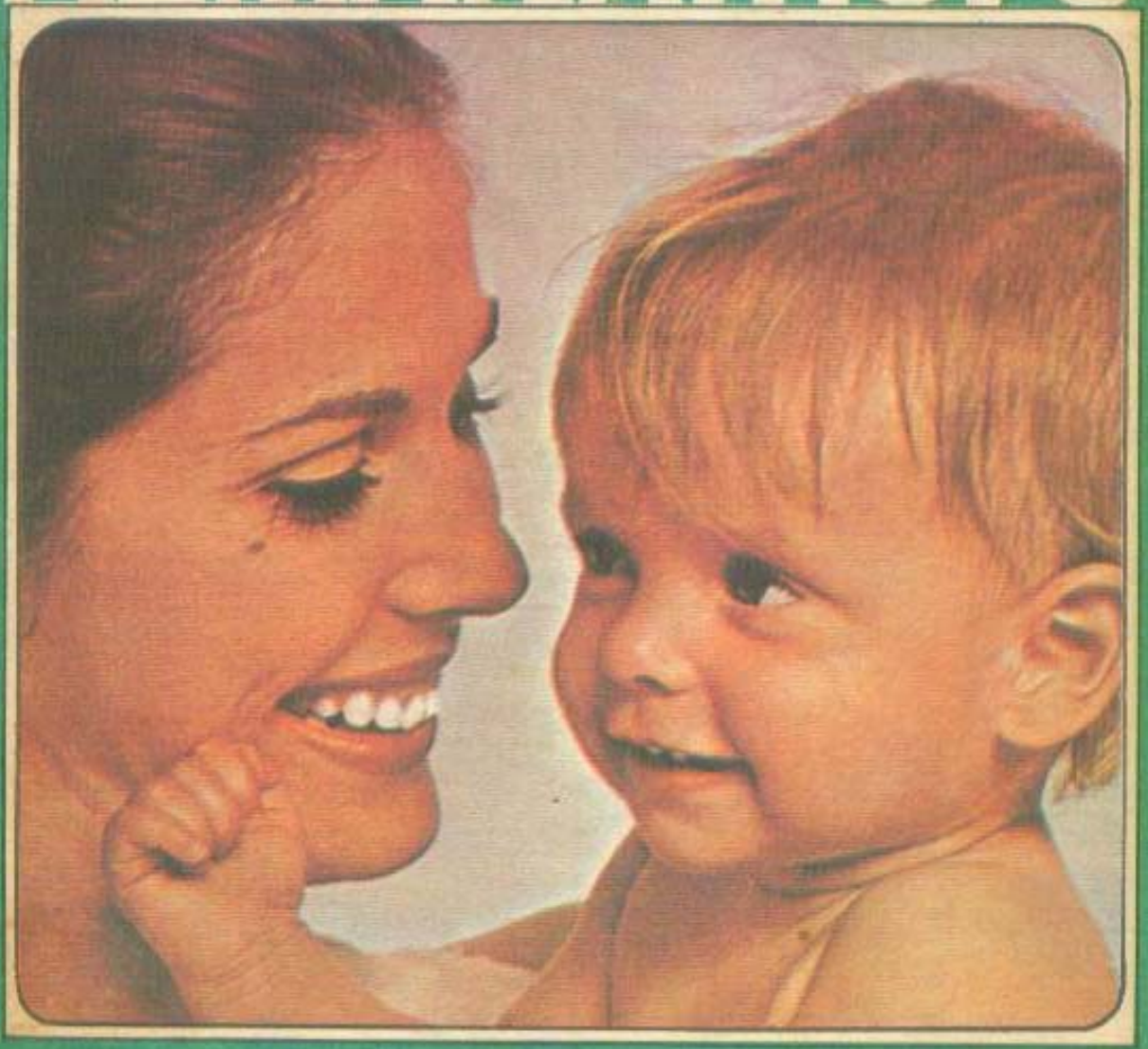
ALMANAH 1979

femeia



- ANUAR FEMININ
- NOI ÎN UNIVERSUL FAMILIEI
- CUM ÎNCETINIM CEASORNICUL BĂTRÎNEȚII ?
- VĂ CUNOAȘTEȚI CU ADEVĂRAT COPILUL ?
- ALIMENTAȚIA ȘI VIAȚA RAȚIONALĂ
- MODA 1979
- PENTRU TIMPUL DV. LIBER

Rostirea Patriei

Cînd rostiți numele patriei,
Amintiți-vă arborii ei.
Dintotdeauna, arborii
Au iubit verticala și cerul
Și-au apărat cu trupurile lor
Fiecare palmă din pămîntul acesta.

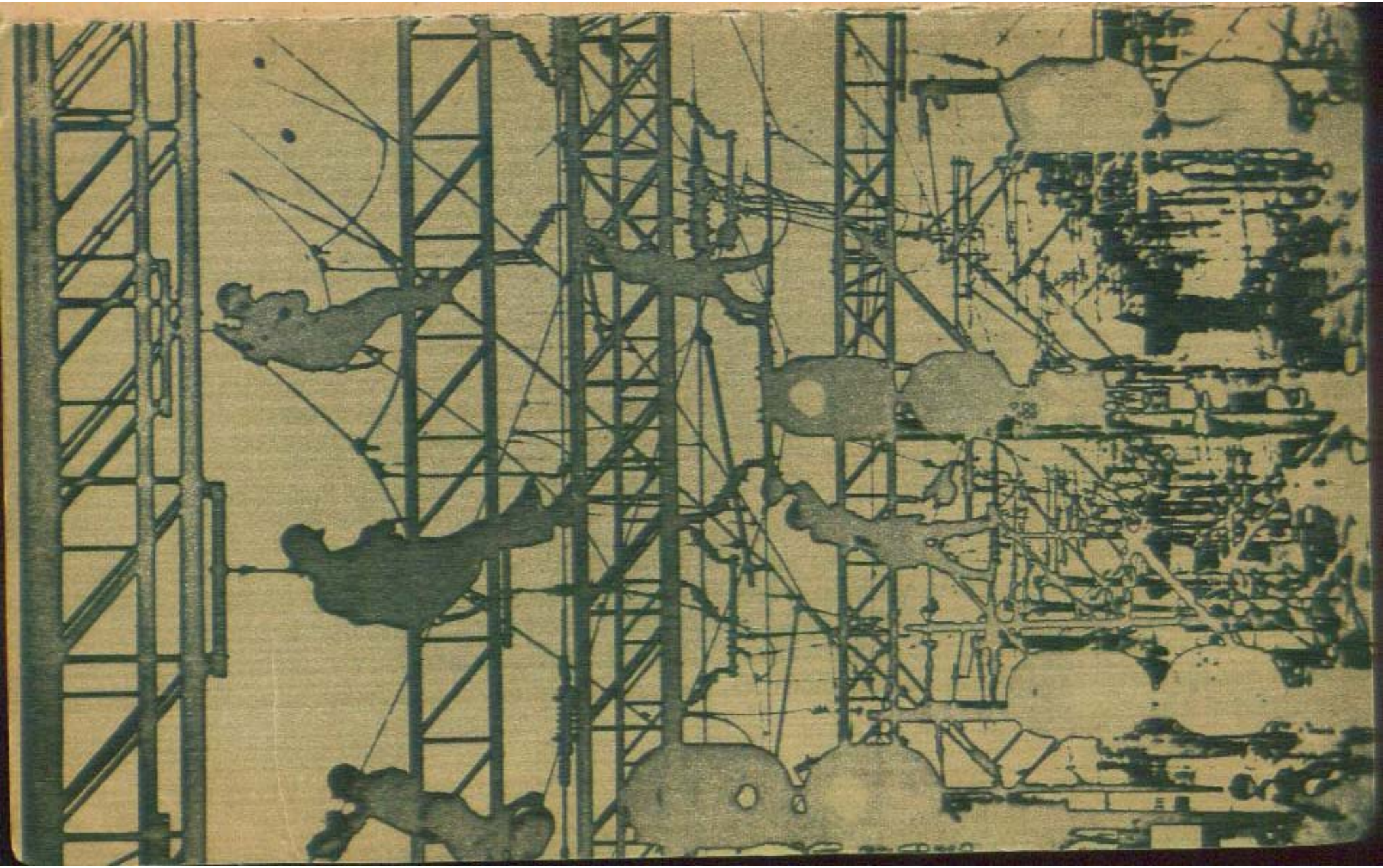
Amintiți-vă păsările din arbori
Și gîndiți-vă
Că o pasăre care cîntă
În pădurile patriei
Prețuiește mai mult
Decît un gram de uraniu.

Cînd rostiți numele patriei,
Amintiți-vă rîurile ei.
Dintotdeauna, rîurile
Au fost numai plecare
Dar dragostea lor, pururi aceeași.
A păstra mereu amintirea izvoarelor,
Și pretutindeni pe unde au trecut
Au surpat marile tranșee ale foamei.

Cînd rostiți numele patriei,
Amintiți-vă, mai ales,
Istoria și oamenii ei,
Cei care-au făcut să existe
Și arbori, și păsări, și rîuri.

Cînd rostiți numele patriei,
Gîndiți-vă, mai cu seamă azi,
La omul ales acum de istorie.
Rostiți-i numele, odată cu mine,
Cu arborii, cu păsările, cu rîurile!

DARIE NOVĂCEANU



MÎNDRI DE TRECUT, VREDNICI DE PREZENT, AVÎND CONȘTIINȚA CLARĂ A VIITORULUI

e înțelesuri și ce dimensiuni acordăm timpului care trece prin noi și odată cu noi? Iată gîndul care ne stăruie în minte și în conștiință acum, la cumpăna anilor, și care se constituie în cel mai sever judecător al actelor ce ne atestă calitatea de oameni. Departe de a fi doar o chestiune a fiecăruia, preocuparea are o puternică încărcătură socială și spre o asemenea considerare a ei ne îndeamnă secretarul general al partidului, tovarășul Nicolae Ceaușescu, subliniind că avem îndatorirea de a ne asuma, odată cu destinul nostru, istoria, într-un plan mai general și mai cuprinzător.

Pentru generațiile mai vechi, judecata a rostit-o, în felul lui, tăios și tranșant, Eminescu atunci cînd deplîngea cumva pornirea unuia dintre predecesori de a descifra «eternitatea din ruina unui an». Era în verbul lui și regretul că un an putea să se înfățișeze ca o ruină, și speranța că eternitatea s-ar putea să nu împrumute chipul unui atît de limitat și, desigur, nereprezentativ arc de timp.

Dar noi, generațiile care am văzut lumina zilei și ne-am descoperit pe noi înșine în alt ev social, noi ce sensuri conferim vremii cu care sîntem contemporani? Iată o întrebare deloc retorică și pe care absența a ceea ce în istorie se numește perspectivă — în accepția de depărtare de obiect, pentru a-i putea aprecia la rece, deci mai obiectiv și mai lucid — nu ne poate împiedica s-o formulăm și să-i decantăm implicațiile.

Prima lumină care ne fulgeră cîmpul vizual, în fața unei asemenea interogații de la care nu putem abdica, ne deslușește realitatea că, atît fiecare în parte, cît și colectivitatea căreia îi aparținem, în ansamblul său, putem scruta liniștiți, cu toată demnitatea, timpul care a trecut. Există întrunite toate temeiurile pentru a ne pătrunde de adevărul — și tocmai aceasta alimentează optimismul robust atît de propriu societății românești de azi — că viața, care odinioară părea poetului «un bun pierdut», și-a reconsiderat cursul, dobîndind sensul înalt și reconfortant al unui bun cîștigat.

Fiecare an are astăzi o identitate nu numai bine definită, ci și mereu mai puternică și mai proeminentă. Un an în vremea noastră este, înainte de toate — cît de simplu de caligrafiat este acest enunț, dar cîte eforturi ne-au trebuit pentru a merita rostirea lui — un spațiu afectat afirmării vocației de ctitori și de constructori. Dintotdeauna am avut această însușire — mărturie stau monumen-

«Bun venit secretarului general al partidului, președintele țării!» Cu aceste calde și tradiționale urări este întîmpinat pretutindeni în mijlocul poporului tovarășul Nicolae Ceaușescu.

tele materiale și spirituale pe care le-am înălțat cu sînge și cu jertfe prin secole — dar abia acum s-a instăpînit acea stare liberă de oprelişti favorabilă marilor și durabilelor creații.

Epoca noastră a asimilat noțiunea de creație cu aceea de economie puternică și prosperă. România a înțeles la timp acest comandament și, spre cinstea ei, îl urmează cu o consecvență și o îndîrjire care uimesc și pun în derută pe scepticii de profesie. Într-o lume în care adesea chiar și cei puternici dau semne de uzură și de oboseală, ea alocă, prevăzătoare, 34 la sută din venitul național dezvoltării, investește anual sute de miliarde, pune în funcțiune sute de obiective mari și mici. România anului 1978, cel de-al treilea an al cincinalului, cu un aport deosebit la îndeplinirea Programului adoptat de cel de-al XI-lea Congres al partidului, a ajuns astfel să obțină o producție industrială de 40 de ori mai mare decît cea realizată în anul de vîrf al perioadei antebelice și o recoltă care însumează circa 19 milioane de tone de cereale. România anului ce se înscrie în timp ca un cerc în trunchiul unui arbore — adică distinct, cu culoarea lui — este patria unor obiective gigantice, de tipul Combinatului de oțel de la Călărași, al hidrocentralei de la Porțile de Fier și al întreprinderilor de utilaj greu de la Iași și Cluj-Napoca, al zecilor de orașe care își modifică substanțial fizionomia, al sutelor de sate care încep să devină orașe.

Toate acestea conturează însă doar o imagine-cadru, un profil determinant prin parametrii săi cantitativi. Dincolo de ele și odată cu ele, sîntem martorii unei ofensive fără precedent a calității. A calității care pentru economie înseamnă, în primul rînd, pătrunderea masivă a științei și a tehnicii noi, pentru sfera relațiilor sociale se convertește într-o funcționare matură și eficientă a formelor și instituțiilor democratice, în viața noastră de fiecare zi se traduce în acel climat care ne dă certitudine, îmbold spre o existență superioară.

Un an din istoria contemporană a Româ-

De la hotărîrea conducătorului la inima fiecărui om al muncii: prezența neîntreruptă și dialogul activ cu masele — expresia cea mai elocventă a unității întregii națiuni în jurul partidului, al secretarului său general.

niei nu poate fi însă nici privit, nici înțeles separat, desprins din contextul din care izvorăște și pe care se sprijină. Sumă a evoluției, el este, totodată, și parte din filonul din care a izvodit. Odată cu afirmarea vocației de ctitor, un asemenea an plin și dens ne dă prilejul să ne reînnoim conștiința identității.

Mai mult decît atît, fără o asemenea dublă ancorare — deopotrivă în prezent ca și în trecut —, pentru noi timpul nici nu ar avea sens și nu doar pentru că — așa cum observa un ziarist străin — «românii s-au deprins a gîndi în categorii istorice», ci pentru că este în logica lucrurilor să-ți înalți casa pornind de la temelie.

Privit prin această prismă, anul 1978 a înscris în canavaua lui momente cu adevărat tulburătoare. În primăvară am aniversat, pătrunși de un vibrant patriotism, împlinirea a 125 de ani de la revoluția pașoptistă, operă profund creatoare, după expresia lui Bălcescu, și care a pus temeliile de granit ale României moderne. Anul 1978 ne-a readus în memorie, de asemenea, unul dintre cele mai strălucite acte ale poporului român — înfăptuirea, la 1 decembrie 1918, a marelui ideal al Unirii, făurirea statului național unitar român. Celebrînd cu fastul cuvenit aceste zile de aur, ne-am amintit ce datorăm înaintașilor noștri și ne-am reînnoit legămîntul de a fi mereu la înălțimea lor prin munca noastră, închinată prezentului socialist și comunist al patriei. Iar dacă destinul unei țări este opera fiilor ei, trebuie să conchidem că oameni între oameni — spre norocul nostru — au trăit nu numai în trecut, ci trăiesc și muncesc — spre cinstea și spre mîndria noastră — și astăzi.

Astfel, anul 1978 ne-a oferit o ocazie fericită de a-l sărbători pe cel mai bun și mai reprezentativ dintre noi, pe secretarul general al partidului și președintele țării, tovarășul Nicolae Ceaușescu. Împlinirea de către acest mare bărbat al istoriei noastre a 60 de ani de viață și a peste 45 de ani de activitate revoluționară s-a transformat într-o sărbătoare de cuget pentru toată suflarea româ-

Fiecare acțiune politică desfășurată sub conducerea tovarășului Nicolae Ceaușescu — o nouă pagină deschisă spre progresul multilateral al țării, pentru binele și fericirea întregului popor.

nească. Semnificativ ni se pare faptul că, de o vîrstă cu Unirea, președintele țării exprimă ca nimeni altul unitatea indestructibilă în care ne regăsim, sub conducerea comuniștilor, toți cei ce trăim și muncim pe pămîntul acestei țări — români, maghiari, germani și de alte naționalități — muncitori, țărani, intelectuali — absolut toți. După cum la fel de grăitor ne apare adevărul că, omagiindu-l pe tovarășul Nicolae Ceaușescu pentru clarviziunea cu care conduce destinele țării, pentru dinamismul care nu-și are egal în istoria noastră, pentru capacitatea de a înțelege exact trebuințele de progres ce ne animă și a le traduce în concepte și în proiecte de lucru, pentru neodihna cu care militează pentru independența și suveranitatea României, pentru pace și înțelegere între popoare, ne-am dezvăluit nouă înșine forțe și puteri noi, ne-am pus în lumină noi surse de civism.

Înțelesurile și dimensiunile timpului, care trece prin noi și odată cu noi, ni se relevă sub o zodie bună acum la hotarul dintre ani. Împlinind speranțele celor din generațiile mai vechi, profund conștienți de ceea ce reprezentăm azi, pornim în 1979 purtînd cu noi, ca pe o flacără, năzuința de a consacra României un loc demn printre națiunile lumii. Dorim cu ardoare să fie un an rodnic, un an de muncă dîrză, de satisfacții și de bucurii, un an de liniște și pace. În cursul lui vom înainta masiv spre ultima cotă a cincinalului, dezvoltînd și modernizînd industria și agricultura, sporind simțitor calitatea vieții poporului. În cursul lui, ca și pînă acum, vom cinsti acel trecut de lumină de care se învrednicirăcronicarii și rapsozii și, chiar în ianuarie, la 24 ale lunii, vom sărbători ziua cea mare a primei uniri, de la care se împlinesc 120 de ani. În anul viitor, poporul nostru va aniversa 35 de ani de la 23 August 1944, piatră de hotar în istoria nouă a țării. Insurecția națională armată, antifascistă și antiimperialistă de acum trei decenii și jumătate a deschis o nouă eră în existența milenară a poporului român. În cursul anului 1979, baza materială și universul spiritual al țării se vor îmbogăți cu noi și substanțiale valori. Chezășie că așa va fi stă faptul că în fruntea partidului și a țării se află omul care a devenit simbolul nădejdilor și credințelor noastre, tovarășul Nicolae Ceaușescu. Sub îndrumarea lui, urmînd cuvîntul lui, vom fi și vom rămîne mereu printre învingători. Cu aceste gînduri, cu aceste crezuri luminoase, închidem letopisețul la pagina 1978 și îl deschidem la pagina 1979, urînd, după datină, tuturor cititorilor noștri: **LA MULȚI ANI!**

Almanahul *femeia*

Un buchet de flori, semn al caldelor sentimente de dragoste, stimă și respect pe care milioanele de femei ale țării le nutresc față de tovarășa Elena Ceaușescu.

UN MINUNAT EXEMPLU DE DĂRUIRE PENTRU PREZENTUL ȘI VIITORUL LUMINOS AL PATRIEI

Cuprinderea într-o unică imagine a evenimentelor anului pe care ne pregătim să-l încheiem — an de remarcabile realizări pe calea construcției socialiste — reliefează cu pregnanță prezența dinamică și aportul de considerabilă valoare pe care tovarășa academician doctor inginer **Elena Ceaușescu** îl aduce, alături de alte mari personalități ale vieții politice, economice și sociale a țării, la înălțarea și înflorirea patriei noastre.

Ca membru al conducerii partidului, tovarășa Elena Ceaușescu aduce o importantă contribuție la elaborarea și înfăptuirea vastelor programe de dezvoltare a patriei.

«Activitatea dumneavoastră ca membru al conducerii partidului și, totodată, ca strălucit om de știință — se spunea într-una din telegramele adresate în acest an de Consiliul Național al Femeilor tovarășei Elena Ceaușescu — reprezintă pentru masele de femei, ca dealtfel pentru toți cetățenii țării, români, maghiari, germani și de alte naționalități, un puternic imbold în munca de înfăptuire neabătută a politicii partidului și statului, de traducere în viață a hotărîrilor Congresului al XI-lea și ale Conferinței Naționale ale P.C.R.».

Poporului nostru îi sînt, într-adevăr, pe deplin familiare și, în același timp, deosebit de dragi și prețioase imaginile în care — ală-

Congresul național de chimie, 1978: specialiști de renume din țară și de peste hotare își exprimă înalta prețuire față de bogata activitate științifică a acad. dr. ing. Elena Ceaușescu.

O mare dragoste și statornică grijă pentru copiii țării, așa o cunosc pe tovarășa Elena Ceaușescu milioanele de femei și mame din țara noastră.

turi de secretarul general al partidului, președintele țării, mereu neobosit la datorie, mereu în mijlocul oamenilor muncii, în fabrici, pe ogoare, în instituții de învățămînt știință și cultură — întîlnește chipul atît de cunoscut al tovarășei Elena Ceaușescu. Laolaltă cu ceilalți tovarăși din conducerea partidului și statului, prezența activă a tovarășei Elena Ceaușescu la toate marile evenimente ale țării, participarea deosebit de fructuoasă la munca de elaborare a politicii partidului și statului constituie un inestimabil aport la nobila activitate de stabilire a direcțiilor de acțiune, la soluționarea complexelor probleme pe care le ridică, firesc, o operă de o asemenea anvergură cum este lupta pentru progresul neîntrerupt, multilateral al României.

Desigur, pentru noi toți, prezența la acest înalt eșalon al țării a chipului luminos al femeii care simbolizează cu strălucire puterea de gîndire, competența, spiritul gospodăresc, sensibilitatea și caldul umanism — trăsături specifice celor mai bune dintre femeile națiunii române — are sensuri deosebit de bogate, cu izvoare în înseși tradițiile de luptă ale clasei noastre muncitoare, ale partidului ei revoluționar. În anii de dinaintea celui de-al doilea război mondial, în condițiile grele ale ilegalității, ale teroarei și represiunilor regimului burghezo-moșieresc, tovarășa Elena Ceaușescu (pe atunci Elena Petrescu) a activat în rîndurile organizației revoluționare a tineretului — Uniunea Tineretului Comunist — și în sindicate, în cadrul cărora a îndeplinit diverse sarcini de răspundere. Din anul 1937, tovarășa Elena Ceaușescu este membră a Partidului Comunist Român.

Este emoționant, astfel, să constați — trecînd prin Muzeul de istorie al partidului comunist, al mișcării revoluționare și democratice din România, cercetînd documentele fotografice — că tovarășa Elena Ceaușescu, femeia care stă astăzi alături de președintele României în cele mai înalte foruri de conducere, ca și la cele mai înalte tribune, în țară și peste hotare, poate fi văzută alături de dînsul și într-o fotografie datînd din anul 1936. Avea 17 ani, tovarășul Nicolae Ceaușescu avea 18. Erau, amîndoi, muncitori, erau uteciști și se aflau și atunci în primele rînduri ale luptei revoluționare: fotografia îi reprezintă în momentul plecării, împreună cu un numeros grup de tineri, la o acțiune organizată în favoarea deținuților comuniști. Altă fotografie amintește celebrul 1 Mai 1939. Între organizatorii de frunte ai demonstrației din Piața Palatului, unde regele primise replica hotărîtă a 20 000 de muncitori, se afla tovarășul Nicolae Ceaușescu. La serbarea cîmpenească, organizată în suita acțiunilor care au urmat acelui eroic 1 Mai,

Tovarășa Elena Ceaușescu participă plenar la toate evenimentele politice specifice largului cadru democratic al României socialiste.

tovarășa Elena Ceaușescu a fost aleasă — tot de către muncitori — Regina Muncii. Peste ani, tovarășa Elena Ceaușescu avea să devină unul dintre conducătorii cei mai de seamă ai poporului, ca membră a Biroului Permanent al Comitetului Politic Executiv al C.C. al P.C.R., calitate în care îndeplinește funcția de președinte al Comisiei C.C. al P.C.R. pentru problemele de cadre de partid și de stat. Tovarășa Elena Ceaușescu, Erou al Muncii Socialiste, este, totodată, deputat în Marea Adunare Națională a Republicii Socialiste România.

Și încă o fotografie emoționantă: la 31 august 1944, în balconul unei clădiri din Piața Universității, tovarășa Elena Ceaușescu se afla, tot alături de tovarășul Nicolae Ceaușescu, la tribuna unui mare miting organizat de partid cu prilejul victoriei asupra fascismului. Erau primele zile de libertate deplină a țării și era pentru a doua oară cînd se aflau împreună la o astfel de tribună chiar din prima săptămînă care a urmat zilei de 23 August 1944. Cu o zi înainte — notează ziarele vremii — «tinerii Nicolae Ceaușescu și Elena Petrescu au vorbit în numele uteciștilor la un mare miting, organizat în Colentina».

Un destin minunat, un destin de luptători comuniști, trecuți prin multe greutăți, dar neînfricați, încrezători în marile virtuți ale poporului, în dorința lui nestrămutată de libertate și fericire, i-a unit pentru totdeauna pe aceia pe care cu dragoste și respect îi numim azi «cei mai iubiți fii ai poporului», și pe care și anul în curs, ca toți anii anteriori dealtfel, i-a găsit mereu alături, în toate momentele prin care 1978 va rămîne înscris în cartea de istorie a patriei.

Numeroasele vizite de lucru în județele țării — în uzine, în sate, în școli și facultăți, în institute de cercetare; lucrările Conferinței pe țară a președinților consiliilor populare, artiștilor plastici, ale mișcării femeilor, plenarele consiliilor oamenilor muncii de naționalitate maghiară și germană — toate aceste forumuri ale democrației noastre noi, ca și evenimente importante legate de aniversarea unor momente glorioase din istoria țării; numeroase manifestări științifice, culturale pînă la cele mai recente dintre ele — inaugurarea anului de învățămînt, marea sărbătoare a tinereții și vigorii poporului român — finala concursului național sportiv «Daciada», sărbătoarea «Zilei recoltei» — iată numai cîteva dintre momentele care ne stăruie în minte din filele luminoase ale anului 1978 și în care tovarășa Elena Ceaușescu a fost o prezență mereu activă, dinamică alături de tovarășul Nicolae Ceaușescu, de ceilalți tovarăși din conducerea partidului și statului nostru.

În cadrul bogatei sale activități sociale, tovarășa Elena Ceaușescu acordă o atenție deosebită întăririi familiei, creșterii rolului femeilor în viața socială, îmbunătățirii condițiilor de muncă și viață ale acestora, se preocupă de formarea și educarea copiilor și tineretului în spiritul principiilor eticii și echității socialiste, de buna desfășurare a acti-

Inimă caldă, de mamă, apropiată de sufletul oamenilor — așa este cunoscută tovarășa Elena Ceaușescu de poporul nostru.

vității mișcării de femei, șoimilor patriei, pionierilor și uteciștilor. Numeroase sînt și succesele pe tărîm cultural, obținute ca urmare a unor inițiative personale ale tovarășei Elena Ceaușescu sau care s-au bucurat de sprijinul său direct. Sculptura care o reprezintă pe tovarășa Elena Ceaușescu și pe care artiștii plastici au realizat-o și au așezat-o — alături de bustul tovarășului Nicolae Ceaușescu — în holul de onoare al Muzeului colecțiilor de artă reprezintă, astfel, semnul unei profunde și binemeritate recunoștințe din partea oamenilor de cultură, a tuturor creatorilor de valori spirituale.

O prezență dinamică, activă la întreaga viață economico-socială a țării.

Ca om de știință eminent, tovarășa Elena Ceaușescu se bucură de o largă reputație internațională, fiind un mesager activ pentru participarea tuturor savanților la realizarea păcii mondiale.

Anul 1978 a fost și anul unor mari împliniri pe tărîmul științei. Institutul Central de Chimie, institut distins cu titlul de Erou al Muncii Socialiste, al cărui director general este tovarășa academician doctor inginer Elena Ceaușescu, a ocupat pentru a 9-a oară consecutiv locul I în întrecerea socialistă. Sub conducerea tovarășei Elena Ceaușescu, în septembrie 1978 s-au desfășurat, de asemenea, lucrările Congresului național de chimie, manifestare de mare prestigiu, care s-a bucurat de un larg ecou în rîndul specialiștilor din țară și de peste hotare. Cuvîntul de deschidere a congresului, rostit de tovarășa Elena Ceaușescu, a constituit o caldă și argumentată pledoarie pentru un impact cît mai eficient al specialistului cu producția, un îndemn la participarea activă în procesul de modernizare a economiei. «Sînt convinsă — spunea doamna sa — că oamenii de știință și cercetătorii din domeniul chimiei, împreună cu toți lucrătorii pe tărîmul științei din România, vor face totul pentru a-și aduce întreaga lor contribuție la realizarea marilor sarcini pe care le avem în acest cincinal, la înfăptuirea Programului partidului de făurire a societății socialiste multilateral dezvoltate și înaintare spre comunism, la întreaga politică internă și externă a României, de pace și colaborare între națiuni».

Activitatea științifică a tovarășei Elena Ceaușescu s-a bucurat și în anul 1978 de aprecieri dintre cele mai elogioase în rîndul savanților din întreaga lume. Cu ocazia vizitei întreprinse împreună cu tovarășul Nicolae Ceaușescu în Statele Unite ale Americii, tovarășa Elena Ceaușescu a fost omagiată de specialiști de renume mondial, între care mulți laureați ai Premiului Nobel. Cu aceeași ocazie i-a fost înmînată Diploma de Membru de Onoare al Academiei de științe a statului Illinois. Un moment deosebit l-au constituit, de asemenea, manifestările de prețuire ce s-au organizat de către oamenii de știință britanici cu ocazia vizitei între-

Înalte distincții acordate de foruri științifice naționale și internaționale omagiază activitatea științifică a acad. dr. ing. Elena Ceaușescu.

prinse în Anglia împreună cu tovarășul Nicolae Ceaușescu. Într-o atmosferă de mare solemnitate, tovarășei Elena Ceaușescu i s-au conferit titlul de Membru de Onoare al Institutului regal de chimie și titlul de «Profesor Honoris Causa» al Institutului politehnic din Londra Centrală, titlu acordat pentru prima dată unei personalități din străinătate.

Aceste înalte distincții vin să întregească bogata listă de titluri de mare prestigiu prin care activitatea tovarășei Elena Ceaușescu este recunoscută și apreciată în întreaga lume. Astfel, acad. dr. ing. Elena Ceaușescu este membră de onoare a Societății internaționale pentru industria chimică, membră activă a Academiei științelor din New York, membră de onoare a Institutului american al chimiștilor din Washington, a Asociației chimiștilor și inginerilor chimiști din Costa Rica, a Consiliului Universității Centrale a Ecuadorului, membră corespondentă a Academiei din Atena, Doctor Honoris Causa al Universității din Teheran, precum și al altor academii și institute din Peru, Mexic, Argentina, Filipine, Ghana.

Meritele tovarășei Elena Ceaușescu pe plan științific, politic și social sînt apreciate de oamenii de stat, de oameni de știință din întreaga lume în cuvinte deosebit de calde. «Doamna Ceaușescu, spunea în vara acestui an lordul primar al City-ului londonez, nu este numai un om de știință și o inginer chimistă de reputație mondială, dar și o mare exponentă a drepturilor femeilor și un om politic de frunte în propria țară». Referindu-se la prodigioasa activitate socială și de cercetare științifică, Caroline Diop, președinta Uniunii Naționale a Femeilor din Senegal, vicepreședinte al Internaționalei Socialiste, spunea: «Tovarășa Elena Ceaușescu este o femeie ilustră, cu un trecut militant exemplar, cu o activitate politică, obștească și științifică remarcabilă, atît pentru țara sa cît și pe plan internațional».

Într-adevăr, tovarășa Elena Ceaușescu este o militantă activă pentru întărirea colaborării

Inimile cele mai fragede vibrează de căldura dragostei pe care tinerețea, viitorul țării, o poartă tovarășei Elena Ceaușescu.

dintre oamenii de știință români și cei din alte țări, contribuind împreună la făurirea unei lumi mai bune și mai drepte, la garantarea independenței și libertății tuturor statelor, la asigurarea păcii și securității tuturor popoarelor.

«Avem datoria — spunea tovarășa Elena Ceaușescu — să acționăm ca pretutindeni știința, cuceririle geniului uman să servească omului, bunăstării și fericirii sale, să slujească păcii și progresului întregii umanități. Aceasta este astăzi cea mai înaltă și mai nobilă îndatorire și răspundere a oamenilor de știință de pretutindeni».

Desfășurînd o intensă și fructuoasă activitate ca membru al conducerii superioare a partidului nostru, ca om de știință, cunoscută și apreciată în cercurile largi ale oamenilor de știință din numeroase țări ale lumii, tovarășa Elena Ceaușescu se bucură de o profundă stimă și prețuire din partea întregului popor român. Dar poate că nimic nu exprimă mai exact această prețuire decît cuvintele însești ale oamenilor.

«Inimile noastre — se spune într-o telegramă adresată tovarășei Elena Ceaușescu de comuniștii Universității Babeș-Bolyai din Cluj-Napoca în vara acestui an, cu prilejul conferirii unor înalte distincții în străinătate — vibrează de mîndrie patriotică pentru recunoașterea și aprecierea universală de care se bucură prestigioasa dumneavoastră personalitate, activitatea științifică și politică pe care o desfășurați». «Prin glasul dumneavoastră, spuneau, la rîndul lor, membrele Comitetului județean Ilfov al femeilor, vorbește glasul milioanelor de femei din România, care au în dumneavoastră un exemplu luminos de dăruire pentru cauza socialismului și comunismului. Vă felicităm din inimă!».

EUGEN FLORESCU

ÎN APĂRAREA PĂCII ȘI A CIVILIZAȚIEI UMANE

MARIA GROZA,
vicepreședintă a Consiliului Național
al Femeilor

Creșterea rolului femeilor în viața societății noastre socialiste, în dezvoltarea ei multilaterală reprezintă un aspect propriu — rezultat din condițiile specifice, istorice și sociale ale României — al acelor realități ale lumii contemporane din care se desprinde din ce în ce mai mult, ca o trăsătură caracteristică, transformarea femeilor într-o tot mai importantă și activă forță socială.

Relevînd atît dimensiunile interne, cît și cele internaționale ale acestei realități, președintele țării, tovarășul Nicolae Ceaușescu, sublinia că «în zilele noastre, femeile — care reprezintă mai mult de jumătate din populația globului — se impun tot mai evident ca o puternică forță socială, joacă un rol esențial, alături de bărbați, în viața economică, politică și socială, în accelerarea progresului material și spiritual al popoarelor, a întregului proces de înnoire progresistă a societății».

Importante documente internaționale, printre care cele adoptate de Organizația Națiunilor Unite, consemnează necesitatea unei mai ample integrări a femeilor în procesul de dezvoltare națională, pe bază de drepturi, posibilități și responsabilități egale cu bărbații, ca o condiție a asigurării progresului, precum și a unei participări mai active la viața internațională, la soluționarea în interesul popoarelor a problemelor multiple și complexe cu care se confruntă omenirea și de care depinde însuși viitorul ei.

Răspunzînd tocmai acestor imperative, Anul Internațional al Femeii 1975 și mai apoi deceniul femeii 1976—1985, proclamate de O.N.U., și-au ales drept triplă lozincă «egalitate-dezvoltare-pace», scontînd — în urma acțiunilor și măsurilor întreprinse pe plan național, regional sau internațional de către organizațiile guvernamentale și ne-

Tovarășul Nicolae Ceaușescu, secretar general al Partidului Comunist Român, președintele Republicii Socialiste România, s-a întîlnit, în Crimeea, cu tovarășul Leonid Ilici Brejnev, secretar general al Comitetului Central al Partidului Comunist al Uniunii Sovietice, președintele Prezidiului Sovietului Suprem al U.R.S.S.

guvernamentale în spiritul Declarației și al Planului mondial de acțiune adoptate la Conferința din Mexic — pe implicații pozitive asupra statutului, rolului și locului femeii în lumea contemporană.

Dacă lupta pentru afirmarea în viața societății a importantului potențial pe care îl reprezintă femeile s-a dovedit a fi o componentă a luptei generale a popoarelor pentru progres și civilizație, pentru pace și colaborare internațională, pentru o lume mai bună și mai dreaptă, apoi nu e mai puțin adevărat că astăzi acțiunea însăși a popoarelor, a forțelor progresiste din întreaga lume pentru realizarea deziderateloi vitale de pace și bunăstare, de libertate și independență atrage tot mai mult masele de femei, din ce în ce mai conștiente de partea de răspundere ce le revine față de viața și viitorul copiilor, ale omenirii.

Ne aflăm într-o perioadă în care în lume se petrec profunde transformări revoluționare, sociale și naționale, ample mutații în raportul de forțe în favoarea celor progresiste, democratice, se afirmă tot mai puternic voința popoarelor de a trăi libere, de a conlucra rodnic, într-o lume a păcii și progresului. În relațiile internaționale se manifestă din ce în ce mai puternic o politică nouă, de colaborare între state, pe baza deplinei egalități în drepturi, a principiilor independenței și suveranității naționale, neamestecului în treburile interne și avantajului reciproc, de natură să asigure o evoluție democratică a vieții politice mondiale, dezvoltarea înțelegerii și colaborării între toate națiunile, întărirea securității și păcii generale.

Paralel însă cu procesele pozitive, înnoitoare, în lume se observă fenomene îngrijorătoare, care pun în primejdie pacea omenirii, împiedicînd popoarele să-și consacre eforturile propriei dezvoltări. Asistăm în ultima vreme la o ascuțire a contradicțiilor în viața internațională, la o intensificare a tendințelor de reîmpărțire a zonelor de influență, de întărire a dominației în diferite părți ale lumii. Confruntărilor noi care se produc în diferite regiuni ale globului, adăugîndu-se unor stări conflictuale și tensiuni mai vechi, le cad victimă populația pașnică civilă, un număr mare de copii, tineri, femei.

Evident, este o situație care trebuie privită cu toată seriozitatea și răspunderea și care impune acțiunea hotărîtă nu numai a guvernelor statelor, ci și a forțelor progresiste, democratice de pretutindeni, a popoarelor — în rîndurile cărora femeile se situează cu o poziție mereu mai fermă, mai activă — în favoarea soluționării politice, pe calea tratativelor, a conflictelor și litigiilor dintre state, oriunde s-ar produce ele, și împie-

La invitația tovarășului Nicolae Ceaușescu, secretar general al Partidului Comunist Român, președintele Republicii Socialiste România, s-a aflat în țara noastră, într-o vizită oficială de prietenie, tovarășul Hua Kuo-fen, președintele Comitetului Central al Partidului Comunist Chinez, premierul Consiliului de Stat al Republicii Populare Chineze.

dicarea dezlănțuirii unor noi catastrofe, pentru promovarea încrederii, înțelegerii și cooperării între popoare, pentru făurirea unei noi ordini economice și politice internaționale, care să asigure condiții de reală dezvoltare tuturor țărilor și, înainte de toate, a celor rămase în urmă, un viitor prosper de certitudine tuturor copiilor lumii.

Pentru înfăptuirea unor astfel de năzuințe legitime, și în același timp vitale, ale generațiilor prezente și viitoare militează neabătut țara noastră, președintele ei, afirmîndu-se printr-o bogată activitate pe plan internațional, prin inițiative menite să grăbească însănătoșirea climatului internațional, să contribuie la dezvoltarea colaborării, la apărarea păcii și civilizației umane. Pacea, securitatea constituind cerințe de prim ordin ale desfășurării cu succes a operei de dezvoltare economică și socială, este firesc ca o asemenea politică externă să se bucure de adeziunea deplină și sprijinul activ al întregului nostru popor, al femeilor din întreaga țară. Cu sentimente de profundă satisfacție urmăresc femeile din patria noastră activitatea prestigioasă pe care tovarășa Elena Ceaușescu o desfășoară în domeniul relațiilor internaționale pentru promovarea principiilor și obiectivelor politicii externe a partidului și statului nostru.

În spiritul acestei politici acționează și Consiliul Național al Femeilor, ca exponent al mișcării de femei din țara noastră în relațiile internaționale, dezvoltînd legături de prietenie, colaborare și solidaritate cu organizațiile femeilor din toate țările socialiste, cu femeile din țările în curs de dezvoltare, din țările nealiniate, cu organizații ale femeilor din întreaga lume, indiferent de concepțiile lor politice, filozofice sau religioase.

Rezultatul acestei activități se exprimă în relațiile de colaborare și prietenie pe care le întreținem în prezent cu circa 120 de organizații ale femeilor din aproape 100 de țări de pe toate continentele, precum și cu un important număr de organizații internaționale, realizînd interesante și utile schimburi de păreri, de experiență menite să ducă la o mai bună cunoaștere reciprocă, la identificarea acelor preocupări de interes comun care impun întărirea colaborării și solidarității femeilor.

Mișcarea de femei din țara noastră marchează o prezență activă la seminarii internaționale, mese rotunde, conferințe, simpozioane, congrese, la sesiunile F.D.I.F. și alte reuniuni care dezbat aspecte diferite ale problematicii feminine, atît de complexe, a lumii contemporane, ceea ce prilejuiesc reafirmarea în fața re-

Convorbiri între tovarășul Nicolae Ceaușescu, secretar general al Partidului Comunist Român, și tovarășul Kenji Miyamoto, președintele Prezidiului Comitetului Central al Partidului Comunist din Japonia.

prezentantelor unui mare număr de organizații ale femeilor, de alte organizații și organisme internaționale, a opțiunii ferme a femeilor din țara noastră pentru pace și colaborare internațională, hotărîrea lor, izvorîtă nu numai din rațiune, ci și din instinctul de apărare a vieții pe care o creează, de a acționa împreună cu femeile din lumea întreagă, cu toate forțele păcii și progresului pentru a determina, pînă nu este prea tîrziu, oprirea cursei înarmărilor, înfăptuirea dezarmării, și în primul rînd a celei nucleare, solidaritatea lor cu lupta femeilor de pretutindeni pentru realizarea aspirației de libertate și dreptate socială și națională.

Reprezentante ale femeilor din România au participat de-a lungul anilor la importante reuniuni desfășurate sub auspiciile O.N.U., în cadrul cărora au fost dezbătute aspecte multiple ale condiției femeii în lumea contemporană. Femeile din țara noastră vor fi, fără îndoială, reprezentate în continuare la unele acțiuni de prestigiu, care vor marca Deceniul femeii, precum Conferința pe care o pregătește Organizația Națiunilor Unite pentru Dezvoltare Industrială (O.N.U.D.I.), pe tema atît de actuală a participării femeilor la procesul de industrializare a țărilor în curs de dezvoltare, sau cea preconizată de Comitetul economic pentru Europa cu privire la rolul femeilor în evoluția economică a țărilor europene, ca și la Conferința internațională a O.N.U., care urmează să aibă loc în 1980, pentru a marca bilanțul realizărilor obținute pînă la jumătatea Deceniului femeii pe linia îmbunătățirii statutului femeii și a creșterii rolului ei.

După cum se știe, anul 1979 a fost declarat de O.N.U. drept An internațional al copilului. În perspectiva lui au fost inițiate și în cadrul organizațiilor femeilor mai multe manifestări care au dezbătut probleme privind drepturile copilului, situația lui în lumea contemporană. Este firesc ca și reuniunile viitoare să atragă participarea unor importante organizații și personalități.

Putem afirma că, prin ansamblul activității în domeniul relațiilor internaționale, mișcarea de femei din țara noastră își aduce contribuția la întărirea mișcării mondiale a femeilor și la creșterea rolului ei în cadrul forțelor înaintate ale omenirii, care militează pentru drepturi și libertăți democratice, pentru independență națională și progres social, pentru abolirea definitivă a colonialismului și neocolonialismului, a politicii rasiste și de apartheid, pentru o lume fără arme, fără războaie.

Ținînd seama de marile probleme ale lumii contemporane care așteaptă o re-

Tovarășul Nicolae Ceaușescu, secretar general al Partidului Comunist Român, s-a întîlnit cu tovarășul Georges Marchais, secretar general al Partidului Comunist Francez, aflat în țara noastră la invitația C.C. al P.C.R.

În timpul vizitei președintelui Nicolae Ceaușescu, împreună cu tovarășa Elena Ceaușescu, în Statele Unite ale Americii, la invitația președintelui Jimmy Carter.

zolvare urgentă, de situația complexă a vieții internaționale, apare cu atît mai semnificativă chemarea pe care tovarășul Nicolae Ceaușescu a adresat-o, de la tribuna Conferinței naționale a femeilor din România, în aprilie 1978, de a se acționa pe plan mondial pentru unirea tuturor organizațiilor, a maselor largi de femei, spre a asigura realizarea unei lumi în care popoarele să se dezvolte libere, să aibă acces nestingherit la cuceririle științei și culturii, în care fiecare națiune să ducă o viață demnă și liberă în patria sa.

La invitația președintelui Nicolae Ceaușescu s-a aflat în țara noastră, într-o vizită oficială de prietenie, președintele Republicii Populare Bangladesh, Ziaur Rahman.

Convorbiri oficiale, la București, între președintele Republicii Socialiste România, tovarășul Nicolae Ceaușescu, și șeful Guvernului militar federal, comandant suprem al Forțelor armate ale Republicii Federale Nigeria, general locotenent Olusegun Obasanjo.

CONFERINȚA NAȚIONALĂ A FEMEILOR

OBIECTIVE FUNDAMENTALE ALE MUNCII NOASTRE EDUCATIVE

MARIA BOBU,
vicepreședintă a Consiliului Național al Femeilor

Trăim un timp de rapide prefaceri revoluționare în viața economică și socială a țării, un timp al muncii creatoare a întregului nostru popor pentru înfăptuirea istoricelor hotărîri ale Congresului al XI-lea și ale Conferinței Naționale ale partidului, ce prevăd ridicarea pe o treaptă nouă, superioară, a societății românești, înaintarea fermă și tot mai accelerată pe calea făuririi societății socialiste multilateral dezvoltate și trecerea treptată spre comunism.

În vasta activitate de perfecționare a conducerii societății, un rol determinant îl are secretarul general al partidului, tovarășul Nicolae Ceaușescu, care orientează permanent eforturile spre îmbunătățirea laturilor calitative ale muncii în toate domeniile, inclusiv acela al

organizațiilor de masă și obștești. În acest cadru se înscrie și Conferința națională a femeilor, din 21-22 aprilie 1978, forum democratic unde s-au dezbătut cu maturitate răspunderile ce revin mișcării de femei în vederea sporirii rolului și contribuției femeilor la asigurarea progresului multilateral al patriei, la dezvoltarea liberă și independentă a României socialiste. Ampla cuvîntare a secretarului general al partidului la conferința noastră națională jalonează cu claritate obiectivele fundamentale ce stau în fața mișcării de femei în etapa actuală. Orientîndu-și activitatea în direcțiile definite la Conferința națională a femeilor, bucurîndu-se de sprijinul prețios al tovarășei Elena Ceaușescu, militant de seamă al partidului, eminent om politic și de știință, neobosită activistă pe tărîmul vieții sociale interne și internaționale, minunat exemplu de om, soție și mamă, Consiliul Național al Femeilor, comitetele și comisiile femeilor acționează pentru ridicarea întregii activități pe o treaptă calitativ superioară.

Este vorba în primul rînd de intensificarea eforturilor noastre pentru a contribui la folosirea deplină și eficientă a uriașei forțe de muncă și creație pe care o reprezintă femeile în construcția socialistă, la asigurarea participării lor tot mai active în sfera producției materiale și în celelalte sectoare ale activității sociale. În colaborare cu sindicatele și alți factori, Consiliul Național al Femeilor acționează pentru creșterea ponderii femeilor în rîndurile personalului muncitor din diferite ramuri, cu deosebire pentru integrarea lor în industriile cu grad avansat de mecanizare și automatizare, precum și în sectorul serviciilor.

Acționăm, de asemenea, pentru ca, în cadrul preocupărilor de creștere a nivelului profesional și tehnic al tuturor oamenilor muncii, să se acorde, așa cum a indicat secretarul general al partidului, «o atenție mai mare ridicării pregătirii profesionale, științifice și tehnice, a gradului de cultură generală a femeilor». Potrivit orientărilor stabilite de conferința noastră națională, comitetele și comisiile femeilor își aduc contribuția la cunoașterea resurselor de muncă feminine, a gradului lor de școlaritate și calificare, dar mai cu seamă antrenează femeile să-și completeze studiile, să se califice sau să-și perfecționeze calificarea, în general să-și formeze și să-și îmbogățească cultura tehnică, pentru a fi receptive la cuceririle revoluției tehnico-științifice și a le aplica în domeniul lor de muncă. Punem un accent deosebit pe stimularea participării femeilor la creația tehnico-științifică de masă, pe încurajarea afirmării lor ca inovatoare și inventatoare, ca raționalizatoare ale organizării muncii și producției.

După cum se știe, datorită preocupării partidului, în ultimii ani a sporit numărul femeilor alese în diferite organisme de conducere colectivă, al celor promovate în funcții de răspundere. Așa cum au relevat în cuvîntul lor și delegatele la conferința națională, unicul argument convingător pentru a combate anumite tendințe de subapreciere a capacității femeilor de a conduce și organiza, tendințe ce se mai fac uneori simțite pe ici pe colo, rămîne acela al dovedirii de către femeile aflate în posturi de răspundere că știu să conducă cu competență, că au spirit gospodăresc, că știu să îmbine activitatea curentă cu cea de perspectivă, în cadrul autoconducerii muncitorești, autogestiunii economice. Comitetele și comisiile femeilor vor putea sprijini mai bine promovarea femeilor în măsura în care le vor cunoaște în manifestările lor concrete, de zi cu zi, în întreprinderi, instituții, cooperative agricole și meșteșugărești etc.

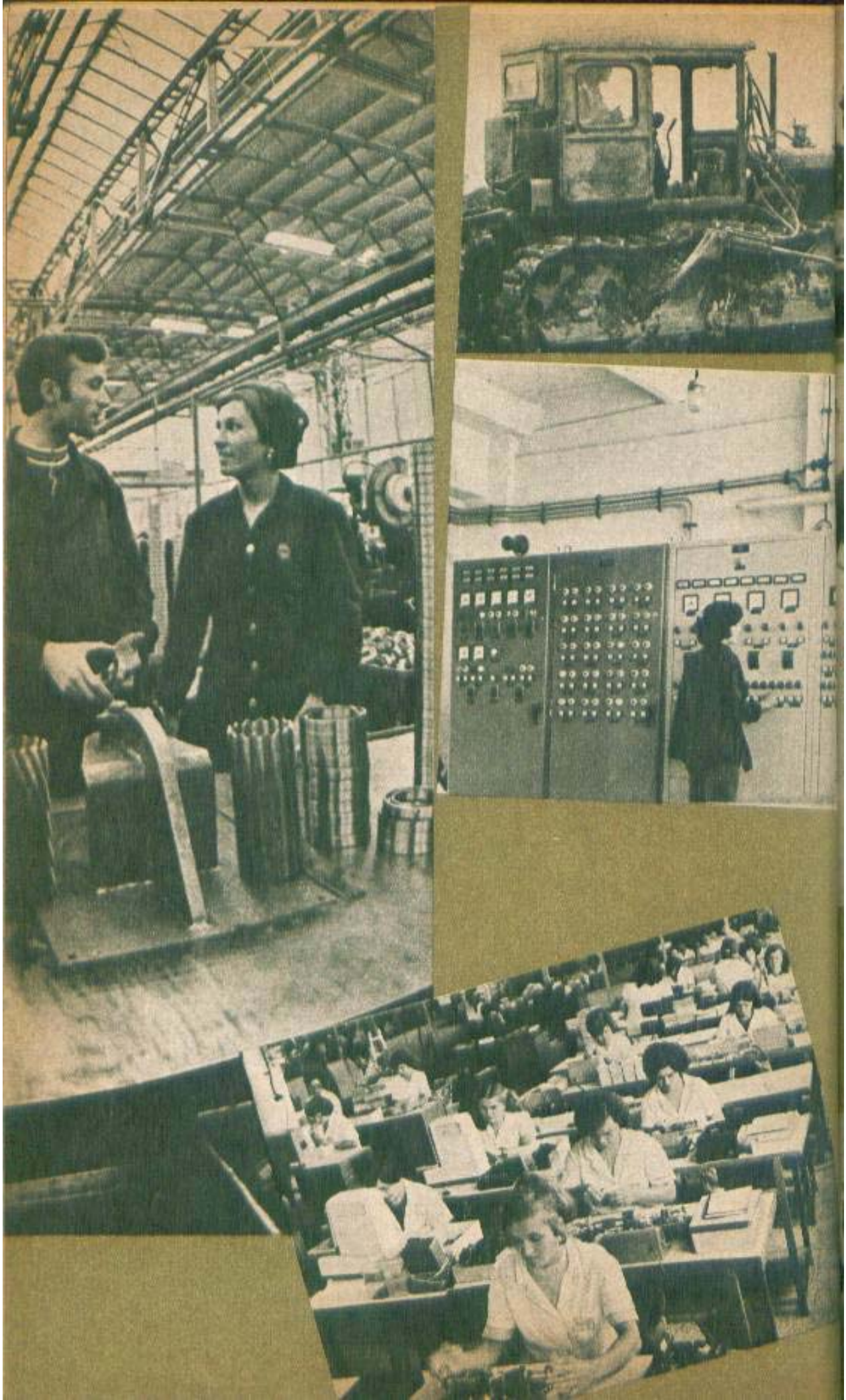
La Conferința națională a femeilor s-a subliniat și necesitatea manifestării unei griji deosebite pentru soluționarea unor probleme de muncă și viață ale femeilor, prin îndeplinirea întocmai a programelor de ușurare a muncii femeilor în industrie, agricultură, comerț, prestări de servicii, ca și a programelor care prevăd asigurarea unei producții cît mai variate de articole de menaj și uz gospodăresc, de preparate și semipreparate culinare, de natură să economisească timpul femeilor și să le permită să se consacre unei activități multilaterale.

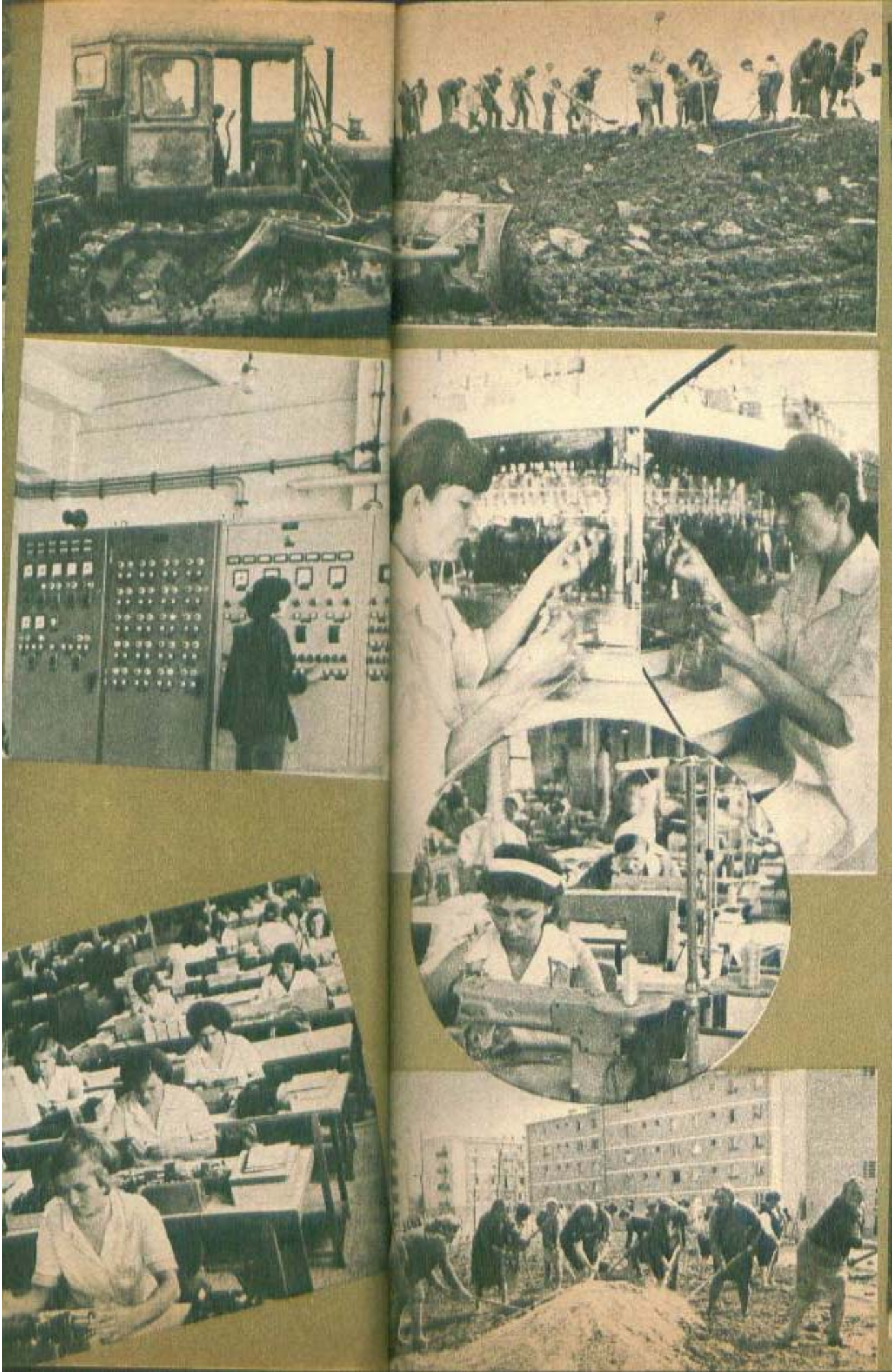
Dezbătînd pe larg rolul mișcării de femei în acțiunea transformatoare pe care o desfășoară partidul pentru așezarea întregului mod de a trăi, munci și gîndi al oamenilor pe principiile socialismului și comunismului, Conferința națională a femeilor a cerut intensificarea contribuției noastre la extinderea orizontului de cunoaștere și înțelegere a fenomenelor ce au loc în lumea contemporană, la formarea concepțiilor de viață noi, revoluționare, în spiritul materialismului dialectic și istoric, la dezvoltarea conștiinței politice și civice, la ridicarea nivelului cultural al femeilor. Însușirea concepției revoluționare despre lume și viață trebuie să se reflecte în comportamente și atitudini înaintate față de muncă, avutul obștesc, familie, societate. Avem datoria să ridicăm la un nivel mai înalt munca noastră politico-educativă, să combatem cu fermitate și pînă la capăt ideile obscurantiste, mistice, retrograde, să contribuim la triumful concepțiilor avansate, revoluționare despre natură și societate.

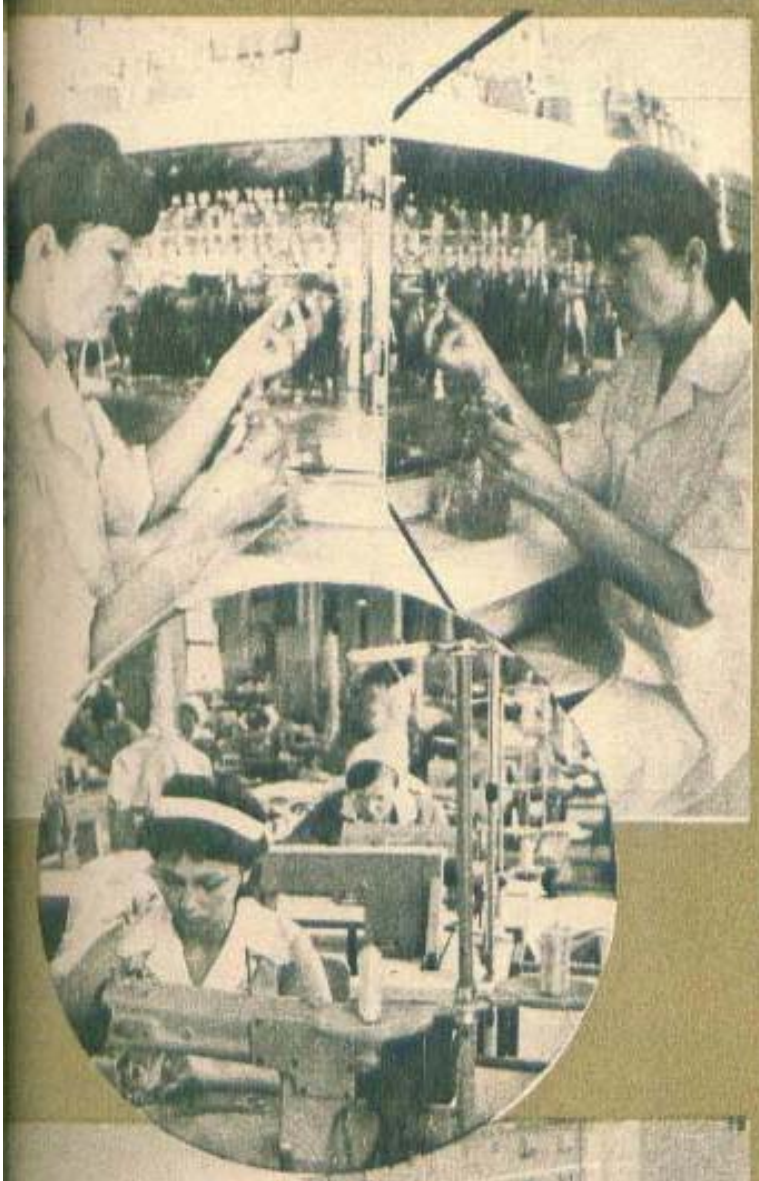
Creșterea conștiinței revoluționare a maselor, în condițiile dezvoltării neîncetate a democrației socialiste, a dus, după cum se știe, la modificări ale legislației, la transferarea unor funcții ale statului către colectivele de muncă, sporind rolul lor de educare și reeducare în spiritul eticii și echității socialiste, al respectării legalității. Alături de alți factori educativi, mișcarea de femei are importante îndatoriri în formarea unor oameni cu înalte idealuri morale, în prevenirea abaterilor de la normele sociale de conduită. Întărirea familiei, creșterea răspunderii sale față de menținerea tinereții poporului nostru, îndrumarea ei în procesul de educare a copiilor reprezintă de asemenea coordonate fundamentale ale muncii noastre educative.

Firește că desfășurarea activității politico-educative o facem în cadrul Frontului Unității Socialiste, în colaborare cu celelalte organizații din componența sa, și cu organismele de stat. Participăm la Festivalul național «Cîntarea României», încadrîndu-ne în toate manifestările politico-ideologice coordonate de F.U.S.

Multiplele obiective ce stau în fața mișcării de femei din țara noastră, cerința înfăptuirii lor la cote de calitate superioară impun perfecționarea stilului și metodelor de muncă, lupta contra rutinei și formalismului, a automulțumirii. Este necesar să fie atrase în muncă toate membrele comitetelor și comisiilor femeilor și să se controleze sistematic aducerea la îndeplinire a planurilor de muncă. Întărirea conlucrării cu toți factorii care poartă răspunderea înfăptuirii politicii partidului de creștere a rolului femeilor în societate implică din partea mișcării de femei inițiative, idei, soluții, într-un cuvînt o prezență dinamică!







60 DE ANI DE LA FĂURIREA STATULUI NAȚIONAL UNITAR ROMÂN

UNITATEA ȘI INDEPENDENȚA - NĂZUINȚĂ PERMANENTĂ A POPORULUI ROMÂN

Acum 60 de ani, în memorabila zi de 1 decembrie 1918, o imensă mulțime de oameni, îmbrăcați în straie de sărbătoare, purtînd mii de flamuri tricolore și roșii, s-au adunat în străvechea cetate a Albei Iulia să consfințească prin aprobarea lor hotărîrea de unire a Transilvaniei cu Țara, adoptată de Marea Adunare Națională alcătuită din 1 228 de delegați și delegate, aleși dintre fruntași ai mișcării naționale și ai social-democrației române din Transilvania și Banat.

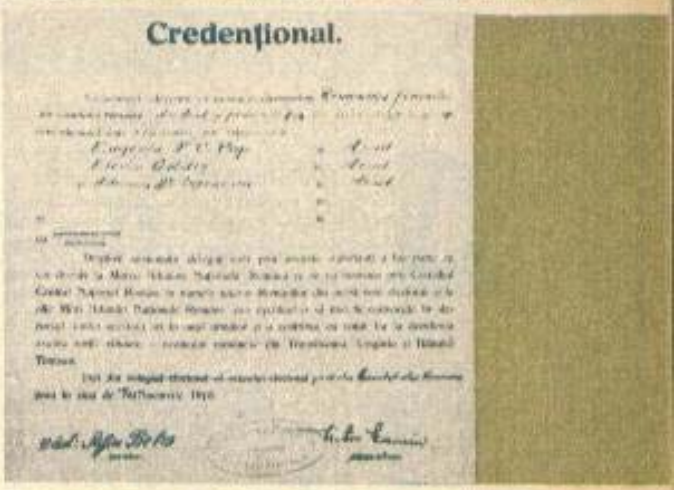
Unitatea de limbă, cultură, de viață economică și spirituală a definit istoria poporului român de la începuturi. Această unitate de esență constituie mărturia de neclintit a adevărului că formarea statului național unitar român este rezultatul unui proces obiectiv, legic, în care rolul esențial, hotărîtor, a revenit maselor populare, adevăratele făuritoare ale destinului național, forța care a propulsat de-a lungul secolelor conștiința unității tuturor românilor. Relevînd împrejurările istorice ale Unirii, tovarășul Nicolae Ceaușescu arăta: «Alcătuirea statului românesc național unitar nu este

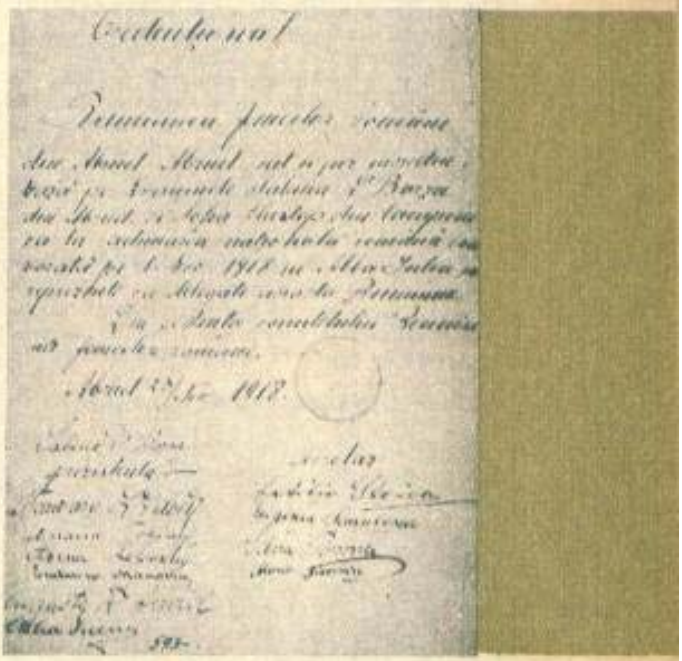
deci un dar, rezultatul unor conferințe internaționale, ci rodul luptei neobosite duse de cele mai înaintate forțe ale societății, de marele largi populare pentru unire, produsul legic al dezvoltării istoriei sociale și naționale a poporului român».

Formarea statului național unitar a avut o înrîurire pozitivă, indeosebi asupra evoluției economice, a modernizării țării. Dar forțele sociale aflate la putere, clasele exploatatoare au folosit noile condiții create de unire în propriul interes, promovînd, în anii care au urmat, o politică care n-a ținut seama de năzuințele maselor populare.

Idealurile de eliberare națională și dreptate socială și-au găsit adevărata împlinire în anii socialismului, ani ai marilor prefaceri revoluționare și ai deplinei afirmări a independenței și suveranității naționale. Să nu uităm nici o clipă că lichidarea exploatării capitaliste, ștergerea marilor discrepanțe economico-sociale, îmbunătățirea nivelului de trai al maselor muncitoare de la orașe și sate, asigurarea unei reale egalități — politice, culturale, sociale — pentru toți fiii și fiicele României, indiferent de naționalitate, sînt marile cuceriri istorice ale socialismului. Cu deosebire, anii ce au urmat celui de-al IX-lea Congres al partidului au fost martorii soluționării juste, în interesul întregului popor, a problemelor fundamentale ale țării. În condițiile socialismului, statul nostru național unitar — România Socialistă, patrie comună a tuturor fiilor acestui pămînt — a dobîndit o forță de nezdruncinat. În locul vrajbei și urii între oameni, socialismul a semănat ideile înfrățirii, întrajutorării în muncă, stimei și respectului reciproc și a creat condițiile economice, politice, sociale, pentru ca aceste idei să se materializeze. «Fără îndoială că și în țara noastră — spunea tovarășul Nicolae Ceaușescu —, procesul de apropiere și întărire a frăției dintre români, maghiari, germani, dintre toți cetățenii, fără deosebire de naționalitate, constituie un proces legic, dialectic, care nu poate fi oprit de nimeni și pe care nu trebuie să-l oprim, ci, dimpotrivă, acționînd ca revoluționari, să-l încurajăm, să-l conducem în mod conștient».

Umanismul nou pornește de la faptul că bunăstarea materială și spirituală a fiecărui om, libertatea sa se pot realiza și afirma numai în cadrul bunăstării generale, al libertății și independenței întregului popor, numai prin sporirea resurselor și mijloacelor de care dispune societatea. Tocmai de aceea, România și-a propus ca pînă în 1985 să realizeze saltul de la stadiul de țară în curs de dezvoltare la acela de țară cu o dezvoltare economică medie. Hotărîrile Congresului al XI-lea și ale Conferinței Naționale ale partidului reflectă necesitatea istorică a imprimării unor ritmuri înalte operei de dezvoltare economico-socială, larga aplicare a cuceririlor științei și tehnicii contemporane, ridicarea conștiinței maselor, participarea lor directă la conducerea democratică a societății. Esența și scopul întregii politici a Partidului Comunist Român a fost și rămîne o viață demnă, civilizată și fericită, pentru toți cetățenii patriei. Consacrîndu-și întreaga capacitate edificării în România a societății socialiste multilateral dezvoltate, poporul nostru își aduce, totodată, contribuția sa la afirmarea unor raporturi noi între state, mai bune, mai echitabile, pe baza respectului independenței și suveranității naționale a tuturor statelor, într-o lume a păcii și a colaborării între toate națiunile, indiferent de forța și de mărimea lor.


Credenţional.



URMAȘI AI LUPTĂTORILOR PENTRU UNIRE

Am în fața mea un teanc de documente istorice, acele «credenționale» înmînate delegaților la Marea Adunare Națională de la Alba Iulia din 1 decembrie 1918, care, în prezența a 100 000 de oameni, veniți din toate colțurile Transilvaniei și Banatului, au votat pentru unirea cu Țara, consfințind astfel procesul de făurire a statului național unitar român.

Îmi atrage atenția mandatul dat de «Reuniunea femeilor române» din Abrud Sabinei Borza și Sofiei Chirtop. Despre Sofia se știe că a fost soția lui Zosin Chirtop, avocat din Cîmpeni, lider al mișcării naționale. Despre Sabina, ceva foarte vag. Și simt nevoia să pătrund dincolo de hîrtia tipărită, să mă apropii mai intim de lumea acelor generații care au înfăptuit Unirea, să încerc să refac portretul moral al oamenilor pomeniți în acte. Cu scopul acesta mărturisit am venit pe meleagurile Albei, atît de încărcate de istorie. Mă bate mai ales gîndul să urmăresc în timp soarta familiilor care și-au înscris numele în cartea neamului. Oare mai sînt coborîtori din spița marilor bărbați care au fost Horia — adică Vasile Nicula, zis Ursu, din Albac —, sau Cloșca, pe adevăratul său nume Ioan Oarga din Cărpiniș? Pășesc cu pioșenie prin locurile unde au trăit și luptat acești conducători ai răscoalei iobagilor, iar mai tîrziu, Avram Iancu, în acea legendară țară de piatră a moților, oameni despre care se spune că au ceva din căria stîncii.

DRUMUL SPRE MUNȚII APUSENI

Șoferul Oarga, om iubitor de slovă și meșter în a povesti, ne numește locurile pe unde trecem și ne descrie feluritele chipuri de a fi ale muntenilor. Pe Valea Ampoiul trăiesc mocanii, iar abia mai sus, pe văile Arieșului Mare și Mic, sînt adevărații moți, care între ei își zic țopi. Munții Metalici, cei care «aur poartă», sînt scunzi, acoperiți cu fînețe, din mijlocul cărora țîșnește, din cînd în cînd, cîte o stîncă golașă. În triunghiul aurifer se află Zlatna, cu uzina sa chimică, veche din 1747, cum anunță o inscripție. Apoi vine Abrudul, așezare veșchită încă din timpul dacilor și romanilor prin bogatele sale zăcăminte. Aici se afla chiar un colegiu al aurarilor («collegium aurariarum»). Orășelul acesta cu străduțe întortocheate și înguste a văzut multe, căci a fost unul din centrele răscoalei iobagilor conduși de Horia, Cloșca și Crișan, apoi al revoluției de la 1848. Nicăieri nu am văzut atîtea monumente, statui, plăci memoriale ca aici, în județul Alba, imortalizînd memoria înaintașilor. Multe sînt ridicate mai ales în ultimul deceniu, în curțile școlilor, așa cum sînt statuile lui Cloșca la Cărpiniș și a lui Horia la Albac.

DOCTORUL ZENO BORZA NE VORBEȘTE DESPRE MAMA SA

Cînd am pomenit numele delegatei Sabina Borza în fața lui David Ștefan, primarul de azi al Abrudului, fost miner din moși-strămoși, el a exclamat imediat: «A fost o femeie cu suflet mare! I-a iubit pe moți și i-a ajutat. N-a trăit numai pentru dînsa, cum au făcut poate alte doamne! Și fiul ei, Zeno Borza, a mers pe urmele mamei sale. El a lucrat pînă anul trecut ca director al spitalului din Abrud, instituție ce poate fi asemuită cu orice clinică din Cluj-Napoca. Medicul emerit, chirurgul Zeno Borza a avut mîini de aur! S-a pensionat abia cînd n-a mai putut ține bisturiul în mînă. Are 75 de ani. Pentru dînsul spitalul este însă deschis oricînd, și ziua și noaptea... Zeno a fost deputat de-al nostru și chiar membru în Comitetul executiv al Consiliului popular».

Înalt, uscățiv, deosebit de sprinten pentru vîrsta sa, doctorul Zeno Borza a avut amabilitatea să-mi povestească despre mama sa.

„Mama se trăgea din familia unui miner buciuman, care avea un șteamp. Moșu meu, adică bunicul, a fost autodidact. Își făcea singur planurile de înaintare, lucra cu logaritmi și compas ca inginerii. A avut 11 copii și pe toți i-a învățat carte. Mama se numără printre puținele femei cu școală din vremea ei. Era o femeie inteligentă și cultă, vorbea perfect germana și franceza, dar n-a dus niciodată o viață de salon. Strîngea copile sărace în jurul ei și le învăța a scrie și citi în limba noastră dulce românească. Cu fondurile strînse de «Reuniunea femeilor române» din Abrud, a cărei președintă era, a înființat, în 1887, *prima școală de fete din Munții Apuseni*, într-o perioadă cînd nu existau decît școli confesionale".

Și dacă oamenii sînt trecători, durabile rămîn faptele și opera lor!

DIN NEAMUL LUI CLOȘCA

Profesorul Mesaroș din Abrud ne-a spus că în Cărpiniș, sat ce ține de Roșia Montană, s-ar afla o familie, Galdău îi zice, care se trage din neamul lui Cloșca.

Casa moțului Aurel Galdău, miner pensionar, e cocoțată pe o culme, așa cum sînt pe aici multe altele, lipite parcă de munte și la distanțe mari unele de celelalte. În fața ei, o placă memorială ne înștiințează că pe acest plai a fost mai înainte casa în care a locuit Ioan Oarga-Cloșca, tovarăș de luptă al lui Horia și Crișan, primul martir tras pe roată în fața ochilor îngroziți ai mulțimii aduse cu forța pe Dealul Furcilor din Alba Iulia să privească odiosul spectacol al pedepsirii capilor iobagilor răsculați.

Din locul acesta înalt va fi privit Cloșca munții

săi dragi, tăiați de apa galben-aurie a Abrudului, afluent al Arieșului...

Fetele lui Aurel Galdău ne-au primit cu ospitalitatea caracteristică oamenilor pămîntului. Mariana era în concediu post-natal și își legăna odorul o fetiță bucălată: Antoaneta se pregătea să meargă la liceu, fiind elevă în clasa a IX-a.

— De ce vă cheamă Galdău și nu Oarga? le-am întrebat, căci ne-am dat imediat seama că își cunoșteau rădăcinile.

— După răscoală, ne răspunde Mariana, ai noștri n-au mai avut voie să poarte numele Oarga, așa se zice. Au fost goniți din Cărpiniș cu măciucile și a fost poruncă de la Împărăție să nu se mai întoarcă niciodată aici. Dar strămoșii mei și-au schimbat numele în Galdău — nevasta unuia fiind din comuna Întregalde — și s-au întors pe pămîntul lor stropit cu lacrimi și sudoare.

Am vorbit apoi cu Mariana despre zilele noastre. Unde lucrează ea, soțul, ce preocupări au. Ne-a spus că este croitoreasă la cooperativa din Abrud, că urmează liceul la seral, că dintre toate materiile cel mai mult o pasionează economia politică, că soțul ei este șofer.

UN POPAS LA «CASA IANCULUI»

Are peste un veac și jumătate casa asta mo-țească, cu acoperișul țuguiat și atît de înalt încît pereții par a intra în pămînt. Aici a văzut lumina zilei Avram Iancu, «Craiul munților», eroul revoluției pașoptiste din Ardeal. Interiorul este simplu: un leagăn atîrnat de grindă, un pat masiv, o masă de lemn, cu blide și linguri din același material, un chelecheu de colț (dulap pentru acte și bani), o laviță și cîteva obiecte personale, între care fluierul din care Iancu doinea cu jale. Muzeografa Viorica Leahu ne asigură de autenticitate, căci un fluier, tot al lui Iancu, mai există și în muzeul din Cluj-Napoca, explicația fiind aceea că el le confecționa singur, dăruindu-le apoi prietenilor săi.

Se știe că Avram Iancu a ars ca o flacără pentru dreptate și libertate, că el nu a avut cînd să-și formeze o familie și să lase urmași, că a murit tînăr, la 48 de ani, cu sufletul chinuit. Și se mai știe, din scrisorile lui către Papiu-Ilarian, că după revoluție n-a fost înțeles nici de fratele său, Ioan Iancu, sau popa Lepedeu, cum i se mai spune în popor. Acesta a avut copii, care la rîndul lor au înmulțit neamul și unii dintre ei sînt azi gospodari cumsecade în comuna Avram Iancu. Chiar în curtea casei memoriale locuiește Elena Resiga, născută Iancu, a cărei familie se ocupă, ca și a celorlalți consăteni, cu creșterea animalelor și prelucrarea lemnului. În schimb, copiii ei — și despre asta ne vorbește cu neasemuită mîndrie — muncesc sau învață chiar în capitala țării: fata, Viorica Resiga, ca profesoară de fizică la Liceul industrial nr. 24, iar băiatul, Vasile, ca elev la Liceul de electronică din București.

CEI DIN ALBAC AU BĂJENIT ȘI NU LI SE MAI ȘTIE URMA

Dacă comuna lui Avram Iancu e așezată pe Valea Arieșului Mic, cea a lui Horia, Albacul, se află pe Valea Arieșului Mare și are nici mai mult, nici mai puțin de 16 cătune, risipite, care de care, pe cîte o coastă de munte. Privind chipul de piatră al lui Horia din fața impunătoarei școli zidită în anii din urmă în centrul Albacului, mă întreb unde or fi oare cei din neamul lui? El a avut doi fii, pe Ioan și Luca. Care o fi fost soarta lor? Întrebarea și-au pus-o înainte de noi istoricii din partea locului. «Tot ce știm pînă în prezent — ne spune profesorul Ilie Berindei — este că Ioan Nicula a fost deportat în Banat cu încă 122 de iobagi, iar Ilina, nevasta lui Horia, s-a retras cu Luca la Călata, în părțile Huedinului, locul ei de baștină. Cît despre Gheorghe, vărul lui Horia, cel care i-a trădat ascunzișul din pădurea Scorușeț, se zice c-a mers de s-a călugărit la mănăstirea Cozia. Asupra celorlalți trădători a căzut blestemul țopilor, ca nimeni să nu se mai înrudească vreodată cu neamul lor și au trăit izolați, într-un loc zis Nemnești, ceea ce i-a dus cu timpul la degenerare».

Moții au fost descriși în fel și chip în literatura apărută, lăsînd imaginea unor oameni închiși, suspicioși, iuți la mînie, dîrji. Oamenii pe care i-am cunoscut pe drumul de la Zlatna pînă la Albac mi-au părut deschiși, prietenoși, mîndri de trecutul lor, dar deloc închistați, dornici să aducă progresul în traiul lor de zi cu zi.

Veniți și-i veți vedea acum în Țara de Piatră, care, ca și alte colțuri ale României socialiste, a devenit un vast șantier de construcție.

ELISABETA MORARU

1. Ana Filip din Abrud, activă colectantă de ofrande în folosul ostașilor români din timpul războiului pentru independența de stat a României; 2. Comitetul domnișoarelor române din Sibiu, care a organizat în 1894 vibrante acțiuni de solidaritate cu personalitățile implicate în procesul «Memorandului»; 3. Sabina Borza, președinta Reuniunii femeilor române din Abrud.

24 IANUARIE 1859

Alexandru Ion Cuza

Elena Cuza

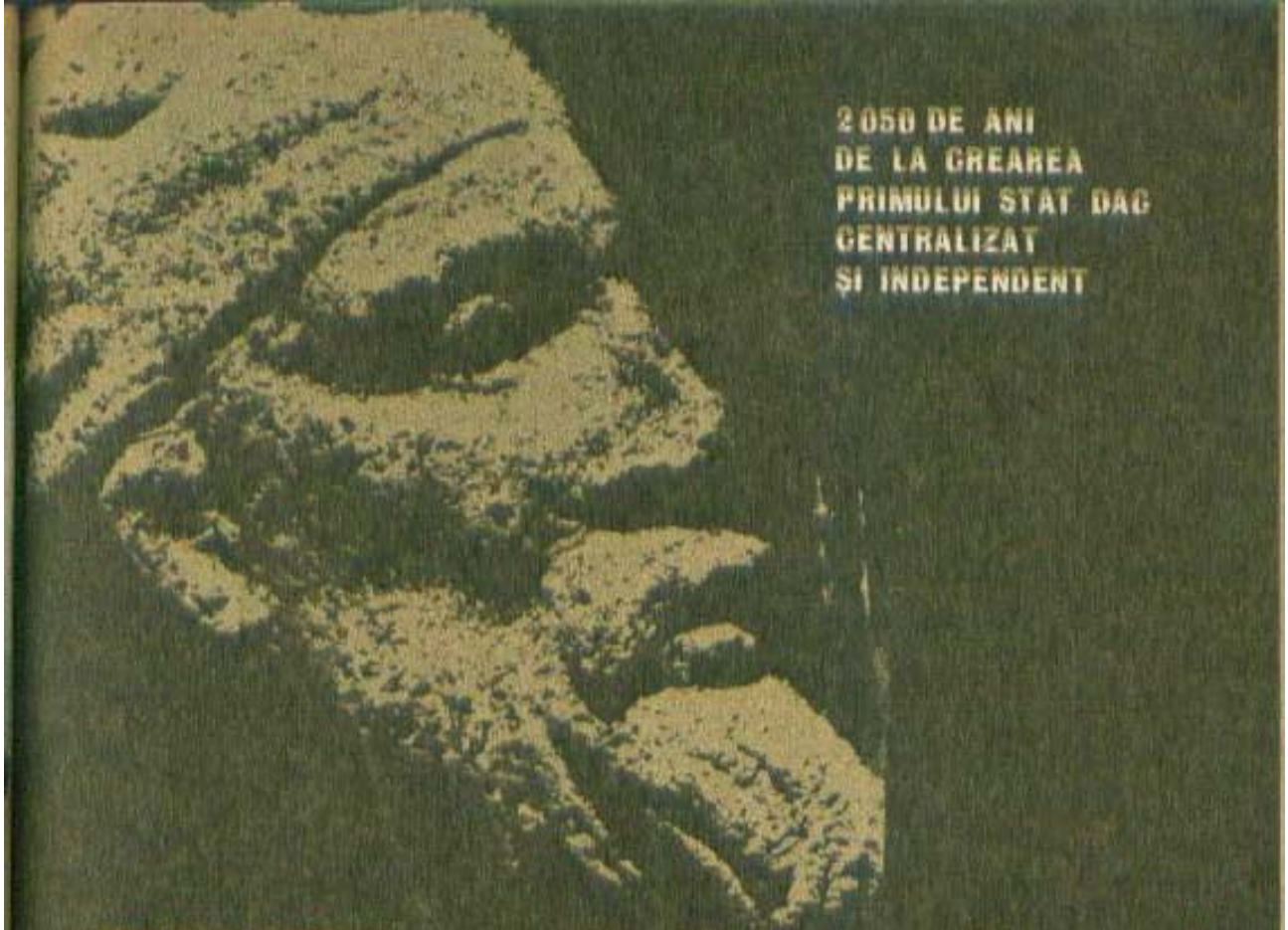
Uniți în cuget și-n simțire

Conștiința unității de neam, de limbă, de trecut istoric, de simțire, de legături economice, aspirația pentru înfăptuirea unor reforme înnoitoare, menite să ducă înainte societatea, au fost afirmate cu tărie de generațiile ce au luptat pentru unirea românilor într-un singur stat. Sintetizînd voința națională, divanurile ad-hoc alese în 1857 în Moldova și Muntenia au cerut: unirea celor două principate într-un singur stat cu numele de România, respectarea autonomiei conform vechilor capitulații încheiate cu Înalta Poartă, neutralitatea, prinț străin. După cum se știe, actul de la 24 ianuarie 1859, adică dubla alegere a lui Alexandru Ion Cuza, a fost doar începutul realizării Unirii. Sistemul de administrație impus de Marile Puteri prin Convenția de la Paris (1858) a însemnat în fapt o conducere cu două guverne și două Camere — la Iași și București. Datorită unui complex de împrejurări, domnia lui Cuza a fost una dintre cele mai dificile. Dealtfel, existența unui singur domnitor pentru ambele principate a fost admisă de Puterile Garante, la Conferința de la Paris din aprilie 1859, numai pe timpul vieții lui Alexandru Ion Cuza.

Prin constituirea unui singur guvern și a unei singure adunări naționale, unirea celor două principate a devenit în 1862 un fapt împlinit și țara s-a numit de atunci încolo România.

Cuza Vodă și sfetnicii săi Mihail Kogălniceanu, Costache Negri au desfășurat o vastă activitate pentru crearea unor instituții moderne ale statului, pentru înfăptuirea de reforme și prefaceri corespunzătoare noului stadiu de dezvoltare al societății românești, evoluției capitaliste. Desigur, nu le-a fost lesne să pună bazele unui stat național modern într-o țară înconjurată de rivalitățile a trei mari imperii și într-o complexă țesătură de interese ale tuturor puterilor europene în sud-estul continentului. Ei au acționat cu înțelepciune și pricepere, potrivit conjuncturii și posibilităților vremii, fără a pierde perspectiva cuceririi independenței absolute și unirea tuturor românilor într-un stat național unitar, idealuri înfăptuite mai tîrziu, pe temelia așezămintelor create de unioniști.

ILEANA MĂGURĂ



2 050 DE ANI
DE LA CREAREA
PRIMULUI STAT DAC
CENTRALIZAT
ȘI INDEPENDENT

TRECUTUL NOSTRU BIMILENAR

Cunoașterea trecutului patriei, valorificarea moștenirii sale progresiste, relevarea legilor obiective ale dezvoltării sociale constituie o coordonată permanentă a politicii Partidului Comunist Român. În acest cadru se înscrie și Hotărîrea cu privire la aniversarea a 2 050 de ani de la crearea primului stat dac centralizat și independent care stimulează desfășurarea investigațiilor științifice pe tărîmul istoriei și intensificarea educației patriotice, revoluționare, a tuturor cetățenilor țării.

Geto-dacii au cunoscut o lungă evoluție pînă să ajungă la constituirea statului centralizat din vremea lui Burebista. Încă din secolul al IV-lea î.e.n. apar deja elemente ce indică detașarea unei aristocrații tribale și a unor vîrfuri ale acesteia care dețin o poziție privilegiată în societate și în economie. Unor asemenea căpetenii locale trebuie să-i fi aparținut bogatele tezaure de aur și argint de la Agighiol, Băiceni, Poiana-Coțofenești, Peretu, care indică o acumulare de bogății și reflectă totodată o viață de strălucire a aristocrației geto-dacice. Sursele literare ne transmit informații din care rezultă existența unei stratificări a societății în nobili și oameni de rînd. Din rîndul nobililor, numiți carabostes (în latină pilleati), erau aleși regele și marele preot. Ca semn distinctiv al rangului înalt purtau pilleus, un fel de căciulă. Comati sau capillati, cei ce purtau părul lung și capul descoperit, constituiau pătura oamenilor liberi. O confirmare a datelor semnalate de antici o avem în scene de pe Columna lui Traian, în care sînt redate ambele grupuri. Este de presupus că în lumea geto-dacilor vor fi existat și sclavi, dar prezența lor este doar vag menționată de izvoare, fapt ce nu poate certifica nici pe departe rolul precumpănitor al acestora în producția socială. În ceea ce privește organizarea social-politică, este cunoscut faptul că în intervalul dintre secolele IV și II î.e.n., geto-dacii au avut în fruntea lor personalități impunătoare ca Dromichaites, Zalmodegikos, Rhemaxos, Oroles, Rubobostes. De asemenea, pentru secolul II și începutul secolului I î.e.n., se constată în Dacia, pe temeiul descoperirilor monetare locale, existența a patru mari formațiuni unional tribale, care au constituit nemijlocit premisele de organizare social-politică ale regatului lui Burebista.

Geto-dacii sînt una și aceeași populație, reprezentînd ramura nordică a marelui neam al tracilor. Ei s-au format și dezvoltat în spațiul dintre Carpații nordici pînă la Haemus (Balcani) și între Dunărea mijlocie și țărmul vestic al Mării Negre. Sînt pomeniți în operele a peste 60 de scriitori antici. Numele de geți apare menționat cu precădere în sursele literare grecești, iar cel de daci la scriitorii de limbă latină. Între geți și daci nu a existat nici o deosebire de ordin etnic și lingvistic. Asimilarea celor două nume în conceptul unitar modern de geto-daci sau daco-geți are în vedere faptul că această populație se prezintă ca o entitate etnică, lingvistică și culturală ce s-a sprijinit nemijlocit pe o comunitate permanentă de teritoriu.

Din știrile de care dispune de la antici și din datele oferite de rezultatele cercetărilor arheologice, istoriografia românească a reușit să precizeze principalele înfăptuiri și trăsături ale lui Burebista și ale epocii sale. Un merit deosebit în această direcție îi revine cercetătorului clujean I.H. Crișan. Mai sînt, desigur, unele aspecte nelămurite com-

plet sau controversate, spre care sînt concentrate tot mai mult cercetările istorice și arheologice actuale.

În ce privește fixarea momentului ridicării lui Burebista, tot mai mult este acreditată relatarea lui Iordanes, pe temeiul căreia se poate stabili un raport de contemporaneitate între Burebista și Sylla. Autorul antic spunea că: «În timpul domniei la geți a lui Burebista, a venit în Getia Deceneu, pe vremea cînd Sylla a pus mîna pe putere la Roma». Cum se știe că Sylla s-a impus ca dictator în anul 82 î.e.n., se deduce că la această dată Burebista ajunsese să se afirme pe scena politică a Daciei. Pornind de la această prețioasă informație, cei mai mulți istorici consideră că începutul domniei marelui rege geto-dac poate fi plasat înainte de anul 80 î.e.n. Instituirea în vremea lui Burebista a «marii stăpîniri» (așa cum avem referințe la Strabon) a ridicat în fața specialiștilor problema locului de origine al acestui act. Se pornește de la ideea că realizarea statului este un proces gradual, de durată, în structura căruia, la început, Burebista trebuie să fi fost doar șeful uneia dintre principalele uniuni de triburi.

Numele și localizarea Argedavei, pomenită în decretul lui Acornion, au reținut multă vreme atenția specialiștilor. Pentru identificarea acesteia s-a propus cînd cetatea de la Costești, din zona Munților Orăștiei, cînd, mai ales, importanta așezare de la Popești pe Argeș. Ca urmare a descoperirii unor inscripții la Histria, se vorbește de o Argedavă în Dobrogea. În ultima vreme începe să capete din ce în ce mai mult teren ideea «caracterului itinerant» al capitalei lui Burebista, sugerată de Vasile Pîrvan, potrivit căreia capitala trebuie să se fi aflat de fiecare dată «acolo unde era și regele» și care ar corespunde cu caracterul societății geto-dacice din acea perioadă.

Se cuvine subliniat faptul că cercetarea istorică românească a înregistrat în ultimele decenii progrese deosebit de însemnate. O astfel de apreciere este valabilă mai ales pentru istoria veche a României, în cadrul căreia s-au adus contribuții cu totul remarcabile. În acest context aș dori să subliniez și angajarea tot mai vădită a femeilor în munca de cercetare arheologică. Dovada eforturilor în această direcție este un număr apreciabil de studii valoroase și lucrări cu caracter monografic. Față de cîteva nume bine cunoscute, ca acelea ale Ecaterinei Vulpe, Hortensiei Dumitrescu, Alexandrinei Alexandrescu, Suzanei Dimitriu, astăzi a crescut mult numărul femeilor în a căror sferă de activitate sînt cuprinse probleme de istorie veche a României. În activitatea de cercetare, care solicită nu numai minuție, acuratețe, rigoare științifică, ci și muncă de investigare și explorare pe teren, femeile au depășit pragul a ceea ce altă dată se numea «istorie de cabinet». Depunem o activitate susținută pe șantierele arheologice de la Pietroasele, Histria, Păcuiul lui Soare, Enisala, Ocnița, Bratei, București și așa mai departe, unde ne confruntăm direct cu vestigiile trecutului îndepărtat al meleagurilor noastre.

Referitor la etapa culminantă a statului geto-dac al lui Burebista și Decebal, arheologia a adus la lumină elemente hotărîtoare pentru cunoașterea civilizației materiale și spirituale a geto-dacilor. Descoperirile arheologice confirmă continuitatea dacică în epoca romană, romanizarea progresivă a populației autohtone, care a rămas pe pămîntul său și după retragerea aureliană. Istoriografia românească a dat un răspuns zdrobitor teoriei lui Roesler, argumentînd cu probe literare, epigrafice, arheologice și numismatice, continuitatea de viețuire și cultură a geto-dacilor și apoi a daco-romanilor, devenită continuitate românească în secolele următoare.

FLORENȚA PREDA,
doctor în științe istorice

ANUAR FEMININ 1978

Nedezmințindu-ne tradiția, vă prezentăm și de astă dată cîteva dintre femeile care s-au remarcat de-a lungul anului prin competență, pasiune și spirit revoluționar în diferite zone ale muncii și creației.

REPREZENTANTĂ ÎN CONSILIUL OAMENILOR MUNCII

VIORICA ORNEAC, *muncitoare de înaltă calificare, președinta comisiei femeilor și vicepreședintă în Consiliul oamenilor muncii de la Întreprinderea de confecții și tricotaje București.*

Printre cele 16 000 de femei de la această mare întreprindere bucureșteană, Viorica Orneac este, cum s-ar zice, veterană. Acum 22 de ani, cînd a absolvit o școală profesională, a păsit pragul fabricii, și de atunci, zi de zi, muncește aici, însușindu-și mai întîi ea tainele meseriei, ajutînd apoi pe alte zeci și sute de tinere muncitoare să se perfecționeze și împreună să sudeze un puternic colectiv muncitoresc.

— În secția în care muncesc, ne mărturisește Viorica Orneac, «Finisaj chimic textil», formată din patru ateliere, se cere o înaltă calificare în meserie. Se poate spune că secția noastră reprezintă temelia întregului proces tehnologic al produselor întreprinderii. Aici, prin rampele de control, trec zilnic peste 16 tone de țesături, care însumează mii de metri. Fiecare dintre noi trebuie să descopere orice mic defect posibil în vopsire și țesătură, defect pe care un ochi neformat nu-l sesizează. Și, credeți-mă, nu este deloc ușor. Alții, înaintea noastră, au muncit în așa fel încît să nu mai descoperim noi nimic. Și totuși... Pentru toți beneficiarii noștri ne străduim să dăm numai produse de calitate.

— *Anul 1978 a fost un an deosebit pentru dumneavoastră, Viorica Orneac?*

— Da. Cu siguranță da. Mai întîi, după mulți ani, am reușit din nou să devenim secție fruntașă. Este meritul întregului colectiv și sînt mîndră că fac parte din el. Apoi am fost aleasă vicepreședintă a Consiliului oamenilor muncii. O învestitură de mare încredere, căreia eu am înțeles să-i acord importanța cuvenită. Am dus aici cuvîntul muncitoarelor, propunerile și sugestiile lor. O aprovizionare ritmică cu materie primă, economisirea fiecărui centimetru de țesătură, urgentarea lucrărilor de construcție și finisare la clubul și căminul de nefamiliști, continua îmbunătățire a conditiilor de lucru ale femeilor sînt doar cîteva din problemele ridicate în acest forum muncitoresc. Și acest an mi-a mai adus o bucurie. Băiatul meu cel mare, absolvind școala profesională, muncește ca strungar aici, în colectivul nostru. Este o realizare, nu?

PRIMARUL ORAȘULUI SOLCA

HILDEGARD IONESCU *a fost aleasă de mai multe ori de cetățenii orașului Solca deputată, apreciindu-i inițiativele gospodărești. În 1968 devine vicepreședintă a Consiliului popular orășenesc, iar din 1970 este primar.*

— *Pentru primarul Solcăi ce semnificații a avut anul 1978?*

— Este anul în care am participat la Congresul primarilor, larg forum democratic, în care au fost dezbătute aspecte foarte importante ale muncii noastre; este anul cînd la Solca a început introducerea rețelei de alimentare cu apă potabilă și a canalizării, ca să-și poată merita cu adevărat numele de oraș, atribuit încă din 1924. Construim un mare stadion, pentru a răspunde dorinței tineretului de a face sport. Altceva? Continuăm asfaltarea străzilor, amenajăm spațiile verzi în jurul blocurilor și al grădiniței de copii, creăm o nouă zonă de agrement la Pietrele Muierii, o curiozitate a naturii, un fel de grotă necercetată în inima pădurii, unde legenda spune că se ascundeau domnițele din calea vrăjmașilor.

Tot de 1978 se leagă pentru mine absolvirea unui curs postuniversitar de 5 luni la Academia «Ștefan Gheorghiu». Cunoștințele mele s-au îmbogățit și adîncit. Printre altele am ajuns și la

concluzia necesității de a-mi folosi mai rațional atît timpul de muncă, cît și cel liber, deoarece de acest lucru depinde îndeplinirea tuturor obligațiilor, inclusiv a celor personale de pregătire multilaterală și continuă. Un secretar de comitet orășenesc de partid și primar trebuie să fie la zi cu informația asupra politicii interne și externe a partidului, a legilor statului, să știe sociologie, filozofie, economie politică, istorie, ba chiar și reguli de protocol. Înainte de toate trebuie să știe însă cum să muncească cu oamenii, cum să-i apropie, cum să-i convingă. Acest lucru presupune o luptă permanentă împotriva mulțumirii de sine, perfecționarea stilului de muncă, consultarea cetățenilor în problemele care privesc orașul, ceea ce mă străduiesc încontinuu să fac.

— Ce vă mai doriți pentru viitor?

— Visăm ca Solca să redevină stațiune balneoclimatică. Este o dorință exprimată de toți locuitorii. Documente vechi susțin că la noi există cea mai mare concentrație de ozon din sud-estul Europei. În mijlocul orașului, pe o suprafață de 17 hectare, se întinde un parc natural, o pădure de molid și brad. Avem un izvor cu apă minerală ale cărui proprietăți și debite ar trebui cercetate. Salina de la Cacica, superb monument al naturii, se află la 12 kilometri de oraș. Fabrica noastră de bere este una dintre cele mai vechi din țară. Solca are elemente de atracție turistică, dovadă sînt zecile de mii de vizitatori în tranzit. Ar fi minunat să fie reînscrisă printre stațiunile balneoclimatericel

ANUL CONFIRMĂRILOR

RODICA TOMESCU *este de aproape doi ani președintă a Cooperativei agricole de producție «Unirea» din Corabia. Este membră în Consiliul Național al Agriculturii, secretar adjunct al Comitetului orășenesc de partid Corabia.*

— De ce, Rodica Tomescu, considerați anul 1978 un an al confirmărilor?

— Pentru mine, pentru cooperativa agricolă a cărei președintă sînt, anul care a trecut a fost, pe drept cuvînt, un an al confirmării capacității, puterii noastre de a continua să facem aceste pămînturi din partea de sud a țării mai rodnice. Grîul a dat în acest an 5 400 kg/ha, orzul cu aproape 2 000 kg mai mult decît prevăzusem, porumbul se apropie de 9 000 kg/ha, iar la sfeclă obținem una dintre cele mai mari producții din județ. Rezultatele pe care le-am obținut sînt omagiul nostru adus aniversării a trei decenii de la înființarea primelor cooperative agricole. Dar mai este ceva care mă face să consider anul 1978 ca an al confirmărilor. Ceva ce mi-a frămîntat sufletul și mintea zile și nopți. Veneam la conducerea cooperativei avînd predecesoare tot o femeie. Pe Angela Sincu, președintă timp de 15 ani și promovată acum în altă muncă de răspundere. Cooperativa este cotată printre fruntașele județului, deținînd cîteva premii I pentru producția de porumb și sfeclă. Știam că trebuie să menținem prestigiul cîștigat și să-i adăugăm noi valențe. Voi putea face acest lucru?, mă întrebam neîncetat. Împreună cu toți cooperatorii am rostuit totul, am continuat aceleași tradiții statornicite de muncă, de ordine, de disciplină, îmbogățite cu o grijă sporită pentru apărarea avutului obștesc. Și am fost răsplătiți. Valoarea normei convenționale a ajuns la aproape 45 de lei.

— Ați confirmat deci competența dumneavoastră de conducător...

— Și aceasta, dar nu numai. Confirmăm încă o dată că sîntem în stare să răspundem prin recolte din an în an tot mai mari încrederii pe care ne-o acordă partidul, îndemnurilor, sfaturilor pe care tovarășul Nicolae Ceaușescu, secretar general al partidului, ni le dă la fiecare întîlnire cu noi, făuritorii pîinii.

35 DE ANI ÎN ACELAȘI LOC DE MUNCĂ

— Ați împlinit în acest an, stimată **VILMA VASILE**, *35 de ani de muncă, ba mai mult, în același loc de muncă, la «Carpatex»-Brașov. Vă amintiți cum ați început?*

— Plecasem de acasă, dintr-un sat din Covasna, pentru a-mi cîștiga pîinea. Eram 6 copii și părinții nu mai dovedeau să ne hrănească. După ce am bătut la poarta cîtorva fabrici din Brașov, am reușit să intru la «Scherg» ca ajutoare la urzit. Lucrînd, trăgeam cu coada ochiului la războaiele de țesut. Cea mai apropiată mașină era a Anei Danks. N-apucam să am o clipă liberă și mă și repezeam lîngă țesătoare și nu mă mai dezlipeam de lîngă ea. Ana Danks, cu care mă mai întîlnesc și astăzi, are 76 de ani, a început să-mi arate mai mult pe ascuns mînuirile. Așa am «furat» meseria de țesătoare, cu lăcomie. Cînd, după luni de zile, s-a făcut un loc și pentru mine la o mașină, am reușit repede să lucrez la fel cu cele vechi. A fost o întîlnire care a însemnat începutul unei pasiuni care nu m-a părăsit nici azi. Asta a fost demult, în tinerețea mea, cînd nu aveam încă 18 ani. Împlinirile, siguranța zilei de mîine le-am căpătat mai tîrziu, odată cu trecerea fabricii în mîinile clasei muncitoare. Am reușit să mă mențin mereu fruntașă, munca mi-a dat sens vieții.

— Titlul de Erou al Muncii Socialiste, acest titlu suprem cu care îi cinstim pe cei mai buni, o confirmă.

— Aș vrea să adaug însă că n-aș fi ajuns erou, adică n-aș fi putut munci cu toate forțele mele, dacă n-aș fi

avut o familie unită, care m-a sprijinit mereu. Eu maghiară, soțul meu român, am realizat o minunată familie, în care ne-am crescut cu grijă și dragoste copiii, i-am făcut oameni de nădejde.

O PERIOADĂ FEBRILĂ DE CĂUTĂRI

Ing. **MAGDALENA FILIPAȘ**, *directorul general al Centralei bumbacului, este originară din Baia Mare, fiică de miner. Este membră a Biroului Consiliului Național al Femeilor.*

— Stimată tovarășă Filipaș, ce a însemnat pentru dumneavoastră anul 1978?

— Răspunsul nu-l chiar așa de simplu, pentru că 1978 a însemnat trecerea la înfăptuirea hotărîrilor Conferinței Naționale a partidului, definite sintetic de tovarășul Nicolae Ceaușescu: «transformarea cantității într-o nouă calitate» și aplicarea noului mecanism economico-financiar. În această direcție s-au îndreptat toate eforturile de gîndire și acțiune ale întregului aparat al centralei și ale oamenilor muncii din întreprinderile noastre. Ne-am pus mai mult decît altă dată întrebarea cît ne costă și cît obținem, adică valoarea nou creată, ne-am străduit mai mult ca oricînd să satisfacem mai bine cerințele beneficiarilor, valorificînd superior materiile prime prin creativitate tehnică și artistică. Să vă dau un exemplu. Din aceeași celofibră cu care se țese stamba, colectivul de la «Tîrnava»-Mediaș și grupa de cercetare a centralei au obținut, printr-o finisare superioară, articolul «Minela», cu tușeu plăcut, ca mătasea, la care se potrivesc și desene mai rafinate.

Cu alte cuvinte, în loc să facem un material scorțos, care nu îmbie, am realizat o țesătură fluidă, așa cum se poartă acum. Cotitura radicală a creației tehnice și artistice presupune o concepție nouă, dar și o dotare superioară, inclusiv cu mijloace de automatizare electronică, așa cum a indicat secretarul general al partidului. Proiectarea de tehnologii avansate cere folosirea unor noi materiale auxiliare. Avem deci nevoie atît de sprijinul industriei constructoare de mașini, cît și al chimiei. Preocuparea noastră pentru eficiență începe de la însuși modul cum concepem strategia de dezvoltare a sectorului. Optăm pentru integrate filatură, țesătorie, finisaj. Aceasta nu înseamnă gigantism, ci crearea unor unități economice pe care să fim în stare să le încadrăm cu personalul tehnico-economic corespunzător.

În rezumat, anul 1978 a însemnat o febrilă perioadă de căutări pentru creșterea eficienței economice a întregii noastre activități și folosirea cu pricepere a noului mecanism economico-financiar. Au avut loc multe analize, dezbateri, confruntări de idei, am pus la punct un sistem de generalizare a experienței pozitive, s-au elaborat programe prin a căror aplicare să putem trece cu brio examenul la care ne supune întărirea autoconducerii și autogestiunii muncitorești. Dacă acest examen îl vom trece lună de lună, pînă la sfîrșitul anului vor beneficia de săptămîna de lucru redusă peste 100 000 de persoane și știți, desigur, ce înseamnă pentru textiliștele noastre un timp în plus, dedicat familiei, copiilor, inclusiv dezvoltării propriei lor personalități.

COPIII — BUCURIA ȘI ROSTUL VIEȚII

CRISTINA DUMITRU: *anul nașterii — 1915; domiciliul — satul Pasărea, comuna Brănești, județul Ilfov. S-a căsătorit acum 45 de ani cu Tudor S. Dumitru, muncitor zidar. Profesia: cooperatoare... și mamă. A născut și a crescut 10 copii. Poartă titlul de onoare de «Mamă eroină».*

Ne vorbește cu emoție, dar și cu iubire de mamă de copiii săi: 6 băieți și 4 fete. Gheorghe, fiul cel mai mare, are 42 de ani, iar Iordan, mezinul, abia a împlinit 23 de ani.

— Copiii îți luminează casa, sînt bucuria și rostul vieții, spune cu convingere mama Cristina.

Toți copiii Cristinei și ai lui Tudor S. Dumitru din satul Pasărea sînt oameni harnici și prețuiți de cei din jur. Toți sînt muncitori calificați — metalurgist, topitor, turnător, lăcătuș mecanic, sudor, zidar, confecționer de încălțăminte etc. Lucrează în diferite întreprinderi din Capitală și din alte localități.

— Spuneți-ne, mamă Cristina, ce eveniment a marcat viața dv. în acest an?

— Mai multe. În acest an s-a născut cel de al 12-lea nepot al meu, o fetiță de toată frumusețea, prilej de a mă întîlni cu toți copiii mei, cu gineri și nurori. Și ne-am mai întîlnit iarăși toți, de curînd, cînd fiul meu cel mic, Iordan, s-a logodit. Deci, voi fi pentru a șasea oară soacră mare...

Da, are dreptate mama Cristina. Copiii sînt bucuria și rostul vieții. Sînt stîlpii casei pe care se sprijină cerul, prin ei continuăm noi înșine spre mîine...

INTELIGENȚA FEMININĂ CREEAZĂ IMPORTANTE VALORI

Cercetătoarea **MARIANA CUCU** *lucrează la Combina-*

tul petrochimic Brazi, într-o secție de cercetare a ICECHIM-ului, fiind chimistă.

— Rezultatele eforturilor de cercetare și inginerie tehnologică se văd deosebit de pregnant în industria chimică, ramură de vîrf a economiei noastre. După cîte știm, la Combinatul petrochimic Brazi se aplică cîteva creații valoroase ale inteligenței românești și în mod special ale inteligenței feminine.

— Într-adevăr, așa este! Sub directa îndrumare a tovarășei academician dr. ing. Elena Ceaușescu, personalitate științifică remarcabilă, a fost elaborată tehnologia de obținere a cauciucului polibutadienic, foarte rezistent la îmbătrînire, înlocuitor al cauciucului natural. Avem fericirea să lucrăm sub conducerea tovarășei Elena Ceaușescu, director general al Institutului central de cercetări chimice, care are un rol hotărîtor în orientarea cercetării în domeniul chimiei spre rezolvarea cerințelor actuale și de perspectivă ale economiei românești, punînd un accent deosebit pe valorificarea superioară a resurselor interne de materii prime. În secția de la Brazi a ICECHIM-ului, unde lucrez și eu, sîntem în curs de finalizare a unei importante teme cuprinse în planul de stat, pe baza căreia se va construi o instalație industrială și se va înlocui un produs importat.

TEMEIUL PREȚUIRII

Aleasă, anul acesta, președintă a Comitetului județean al femeilor Arges, **FLORENTA MUNTEANU** *este, în același timp, de 15 ani secretară a comitetului de partid din întreprinderea textilă Pitești. Este membră în Consiliul Național al Femeilor.*

— Spuneți-ne, Florența Munteanu, dumneavoastră, care aveți o experiență îndelungată în activitatea de partid, pe ce temelii morale și politice își clădește un conducător activitatea?

— Înainte de toate, trebuie să se bucure de încrederea oamenilor. Și încrederea nu vine de la sine și oamenii nu sînt dispuși să ți-o acorde gratuit. Dar nici să ți-o refuze atunci cînd o meriți. Sînt multe și complexe sarcinile unui comitet de partid dintr-o întreprindere precum este «Textila» din Pitești, care numără peste 4 500 de oameni ai muncii și care îndrumă activitatea a 26 de organizații de masă. De la problemele economice la cele sociale, de la munca de educație politică la rezolvarea problemelor personale. Sarcina principală este de a lupta pentru transpunerea în viață a politicii partidului, pentru a ridica tot mai sus ștacheta de răspundere și de conștiință muncitorească. Mereu împreună cu ceilalți comuniști, am reușit să muncim în așa fel încît întreprinderea noastră să primească în anul trecut distincția de unitate fruntașă pe ramură.

— În acest an ați fost aleasă președinta Comitetului județean al femeilor Arges. Ce înseamnă acest eveniment pentru dumneavoastră?

— Este o dovadă de mare încredere și este totodată o muncă de foarte mare răspundere. Împreună cu întreg comitetul județean al femeilor, pe baza normelor de organizare și funcționare a comitetelor și comisiilor femeilor adoptate de Conferința națională a femeilor, acționăm cu mai mare eficiență în atragerea femeilor argeșene, din toate domeniile de muncă, la îndeplinirea exemplară a sarcinilor economice. Totodată îndrumăm toate organizațiile noastre să se preocupe cu perseverență de afirmarea femeilor, sprijinind acțiunile de calificare și de promovare în funcții de răspundere, de îmbunătățire a condițiilor de muncă. Este vastă și de mare răspundere activitatea noastră în rîndul femeilor. Vom face totul încît să ne îndeplinim cu cinste mandatul încredințat.

UN NUME CARE S-A IMPUS ÎN REGIA DE TEATRU

Regizoarea **CĂTĂLINA BUZOIANU** *a pus în scenă numeroase piese din dramaturgia clasică și contemporană.*

Paralel cu munca de regizor, Cătălina Buzoianu desfășoară din 1975 și activitate didactică la două clase de regie ale I.A.T.C. București.

— Stimată Cătălina Buzoianu, de ce atît de puține femei s-au realizat ca regizori?

— Din pricina condiției fizice și psihice. E o muncă ce solicită putere și nervi foarte tari. Regizorul ține în mînă tot spectacolul, de la factorul tehnic pînă la cel uman.

— Înseamnă că fetele nu prea dau năvală la clasele de regie?

— Avem și studente, dar nu asta este important, ci cîte ajung să se afirme în profesie.

— Dumneavoastră de ce ați ales regia?

— Pentru că m-au sfătuit colegii din teatrul unde eram actriță. Au zis că am idei.

— În țara lui Shakespeare s-a zis că «Romeo și Julieta» interpretat de studenții I.A.T.C. din România a fost «lumina festivalului». Cît timp v-a trebuit să șlefuiți acest spectacol?

— E o întrebare pe care ne-au pus-o și englezii. Au rămas uimiți cînd au aflat că ne-am pregătit numai 3 săptămîni. «Asta înseamnă

că studenții din România sînt bine antrenați, dacă au putut să dea o asemenea dovadă de profesionalism» — au apreciat ei. Eu vă repet numai afirmațiile făcute la colocviul de după spectacol și în cronici. S-a spus, de pildă, că este „cel mai bun spectacol «Romeo și Julieta» din ultimele două decenii, impresionînd în mod deosebit alternanța rapidă de la comic la tragic și de la grotesc la sublim". Au jucat cei mai buni dintre studenții noștri. În persoana Marianei Buruiană am avut o Julietă de o mare puritate, iar a lui Adrian Pintea un Romeo foarte inteligent.

— *Ce spectacole în regia Cătălinei Buzoianu vom vedea în 1979?*

— La Teatrul Mic repet «Îmbrăcați pe cei goi», cu Valeria Seciu în rolul principal, la Teatrul Giulești voi pune în scenă o piesă japoneză, iar la Țăndărică, «Till Ulenspiegel», cu actori și marionete. Sper să colaborez cu Horațiu Mălăiele, Rodica Negrea și Mirela Gorea, actori care îmi sînt foarte dragi.

DOUĂZECI DE GENERAȚII

În toamna acestui an, profesoara **EDDA GROSS**, *directoarea Liceului de matematică și fizică nr. 1 din Sibiu, a împlinit două decenii de activitate la catedră. De peste 12 ani este directoarea acestui*

liceu, care, din 1971, este o instituție de învățămînt cu limba de predare în limba germană.

— *După 20 de ani de muncă, spuneți-ne ce credeți că ați dat mai de preț acestor elevi și ce ați primit mai de valoare, de neuitat?*

— Ceea ce am încercat mereu să transmit elevilor, ne mărturisește Edda Gross, fie direct de la catedră, fie prin activitatea complexă din școală, a fost, după mine, ceva esențial pentru viață: sentimentul că aparțin oamenilor și locului natal, voința de a participa la tot ceea ce se înfăptuiește. Altfel spus, ceea ce învață fiecare elev este apoi dator să aplice într-o activitate practică, într-un fapt de muncă folositor lui și societății. Pentru că un pedagog nu trebuie să uite nici o clipă că misiunea sa nu se reduce doar la transmiterea de cunoștințe, ci presupune răspundere pentru modelarea conștiinței cetățenești și patriotice a noilor generații, și aceștia, elevii, trebuie mereu formați ca participanți activi, după puterile lor, la tot ceea ce construim și edificăm azi în orașul nostru, în județul nostru, în țara noastră. Este o mîndrie pentru fiecare profesor, este o satisfacție pentru mine, ca director de școală, că absolvenții noștri sînt toți încadrați în producție, că fac față cu cinste meseriilor învățate în școală și la locul de muncă. De asemenea, ne mîndrim cu numărul mare de elevi foarte buni care izbutesc în învățămîntul superior. Toți ne vizitează, toți mai trec și «pe-acasă», cum s-ar zice, după ce și-au luat zborul. Iată aici, citez din cartea de onoare a liceului: fostul elev Konrad Gündisch este azi cadru universitar și cercetător; Elisabeta Göllner lucrează la Muzeul Brukenthal, Michael Klein este specialist la centrul de calcul. Ce poate fi mai de valoare, mai de neuitat să crești, să înveți, să formezi un copil, o clasă, o serie, o generație și apoi altele?

MEDIC, CERCETĂTOR, DIRECTOR, MAMĂ

După anii de practică în comuna Inotești, jud. Prahova, **CORNELIA VIRGINIA DEGERATU** *vine prin concurs la Institutul de balneologie din Capitală. Din 1977 este director al Institutului de medicină fizică, balneoclimatologie și recuperare medicală.*

— *V-am ruga să ne vorbiți despre institutul în fruntea căruia sînteți.*

— Avem o activitate integrată: de asistență medicală (în cele patru clinici și în ambulatoriu), de cercetare, de învățămînt și îndrumare metodologică a tuturor stațiunilor balneoclimaterice și a serviciilor de fizioterapie și recuperare din toate județele țării. Tratăm maladii ale aparatului locomotor (boli reumatice și posttraumatice), respirator, cardiovascular. Studiem factorii terapeutici naturali, de pildă, apele minerale și eficiența lor, atît la sursă cît și îmbuteliate. Activitatea de îndrumare o desfășurăm în brigăzi complexe formate din medici, chimiști, biologi, hidrologi. Pe baza studiilor noastre se elaborează planurile de dezvoltare a bazei de tratament, atît în stațiuni cît și în alte localități. În prezent se construiesc spitale sau secții de fizioterapie și recuperare pe platformele industriale de la Galați, Hunedoara, București, precum și în zone miniere. Aici se vor putea face tratamente fără spitalizare, oamenii continuînd să lucreze.

— *Ce ne puteți spune după o experiență de un an în funcția de director?*

— Că am un volum foarte mare de muncă, fiind medic, cercetător, director, mamă și gospodină, dar că o asemenea activitate mi-a făcut bine. Fiul și fiica sînt din nou premianți întîi, cu toate că au avut mari suferințe fizice de pe urma cutremurului. Am niște copii minunați, cu minți sclipitoare! Băiatul doar a cîștigat olimpiada de fizică la Liceul «N. Bălcescu»...

Anuar feminin realizat de ELISABETA MORARU, INA STRĂUT, CONSTANTINA CARANFIL, ANETA POPESCU și AUREL BĂBEANU

3-5 MARTIE 1949

30 de ani de la Plenara lărgită a Comitetului Central al partidului care a adoptat programul de cooperativizare a agriculturii.

Șimian, la

Să răsfoim paginile istoriei. În 1979 se împlinesc 30 de ani de la Plenara lărgită a C.C. al partidului care a trasat sarcina organizării pe baze socialiste a agriculturii noastre, ca singura cale pentru rezolvarea justă a problemei agrare în România. Astfel, țărănimea își împlinea cele mai înalte și arzătoare aspirații care au însuflețit-o de-a lungul istoriei noastre, aceea de a trăi cu adevărat liberă, de a fi stăpînă pe soarta sa, pe roadele muncii ei, de a-și făuri o viață îmbelșugată, fericită. Treptat, an de an, realitatea a demonstrat în modul cel mai convingător ce uriașe transformări a determinat socialismul în satul românesc, în condițiile de muncă și de viață ale oamenilor.

Treizeci de ani. În acest răstimp, peste 200 de foste comune au devenit orașe, s-au construit în mediul rural aproape 2 milioane de case noi, au sporit continuu veniturile cooperativelor și, implicit, ale membrilor cooperatori. La temelia prefacerilor profunde care au avut loc în agricultura țării, ca urmare a aplicării politicii agrare științifice a partidului nostru, a succeselor înregistrate în creșterea producției agricole, stau eforturile materiale mari făcute de stat pentru întărirea și dezvoltarea bazei tehnico-materiale a agriculturii, hărnicia și priceperea țărănimii, a tuturor celor ce muncesc la sate.

Se împlinesc, deci, 30 de ani de cînd oamenii satelor au intrat într-o nouă istorie, făurindu-și bazele unei noi civilizații, aducătoare de progres și bunăstare.

DRUM DE ÎNCEPUT — DRUM DE TEMELIE

Pămîntul acesta prins între dealuri își etalează ca o pictură culorile: ruginii roșietice toamna și primăvara, verzi și galbene în miezul verii. Pămîntul acesta stă la taifas cu Dunărea și se oglindește în apele limpezi ale Topoloniței, dînd de sute de ani seva și tăria oamenilor din Șimian, străveche așezare de români. De mai bine de două decenii, urcă aici, treaptă cu treaptă, pe scara dezvoltării sale, una dintre marile cooperative agricole ale Mehedințiului. Mare ca suprafață — are 2 500 ha —, mare ca putere economică, mare ca prestigiu, deține numeroase distincții pentru belșugul recoltelor.

Cum au ajuns șimienii milionari? Fiindcă milionari se cheamă că sînt dacă averea lor obștească depășește acum 30 milioane de lei. Care este secretul? Președinta cooperativei agricole, Sofia Maxim, este omul cel mai în drept să ni-l dezvăluie.

— Secretul ăci spus? Nu este doar unul. Este hărnicia oamenilor. Este ajutorul pe care l-am primit statornic de la stat. Sînt cuceririle științei pe care noi le-am aplicat în cîmp, acolo unde crește pîinea, acolo unde porumbul leagă știuletele cît brațul, pentru ca și ei să fie darnic. Cu ani în urmă, cu mulți ani în urmă, am pornit și noi pe calea agriculturii socialiste. Cooperativa agricolă avea pe atunci o avere obștească care nu depășea — «impresionantă» cifră de 150 000 de lei. Care însemnau cîteva care, cîteva animale, cîteva sute de kilograme de semințe și multă speranță și încredere. Pămîntul îl știam cu toții fără viagă — dealuri sterpe, neîngrijite. Am pornit însă, aș zice cu îndărătnicie, bătălia cu ei. Oameni și mașini au lucrat zile și nopți pămîntul care în viața lui nu fusese decît ogaș și ravene, ce rodise doar mărăcini. S-au scos tone de pietre și cioturi, s-a smuls pîrloagelor metru cu metru. Acesta era pămîntul, el trebuia să ne dea pîinea, nu? Oh, aș zice că s-a muncit eroic, palmele plesneau de bășici, oamenii lucrau încovoiați de spate. Au semănat, au prășit, dar au și cules. Era primul rod de pe acest pămînt sterp. Firește, rezultatele nu erau din cale-afară de spectaculoase. Vreo 800 kg de porumb la hectar și cam 750 kg la grîu. Dar, rețineți, astea au fost scoase de pe locuri pe care satul întreg le știa cărpănoase și zgîrcite. Important este însă că oamenii au căpătat încredere în ei și în ceea ce fac. Știau acum că nu trudesc degeaba, ba munca laolaltă are aici sorți de izbîndă, altă forță. Am trecut, vasăzică, bariera. Am învins. Eram pe atunci brigadieră și aveam 18 ani.

— Și de atunci, drumul s-a deschis neted?

— Cum așa? Nu, nu a fost deloc neted. Era doar un început. Cu cît cîștigam cîte o bătălie cu pămîntul sau cu neștiința, sau cu căr-

vremea împlinirilor

pănoșenia din noi — căci nu doar pămîntul poate fi îndărătnic — cu atît creșteau pretențiile, deci și zbaterea noastră. Dar și rezultatele deveneau tot mai bune. Și odată cu ele creștea și demnitatea, creștea mîndria. Am avut multe de învins, destul de multe greutăți. An de an însă am săltat producțiile. Totul prin muncă. Muncind cît e ziua de lungă, chibzuind de două ori orice lucru ce trebuia făcut. Bărbați și femei, cu lopeți și hîrlețe, cu sape și cazmale, au luptat cu vitregia pămîntului, defrișînd, curățind. Aceasta a fost, de fapt, un punct de început al agrotehnicii, care a fost posibil numai atunci cînd țăranii și-au unit pămînturile lor lărmițate.

Fiecare an parcurs de cooperatorii din Șimian a avut o istorie a sa. Așa, de pildă, anul 1971. Cooperativa din Șimian sălta binișor din anonimat, înscrisese în biografia ei cîteva realizări importante. La cîrma sa se afla Sofia Maxim, iar ca brigadiere Paraschiva Floricică, Ștefania Nicoară, Angela Stoianovici, Maria Popescu. Ei bine, tocmai atunci, această unitate bine închegată a primit, prin comasare, o cooperativă agricolă vecină, Erghevița, unitate care, lipsită de spirit gospodăresc, bătea demult pasul pe loc. Din nou lupta cu pămîntul, dar mai ales cu mentalitățile și lipsa de înțelegere a unora care nu pricepeau că strînsul pîinii cere fiecăruia și tuturor muncă, disciplină, cunoștințe temeinice.

OMUL — MĂSURA LUCRURILOR

Cum se prezintă azi cooperativa agricolă? Cum se prezintă satul și oamenii săi? Cîteva cifre vorbesc de la sine. Producțiile au depășit 6 000 kg de porumb la hectar și peste 3 500 kg de grîu. Valoarea normei convenționale se apropie de 40 de lei. Un cooperator cîștigă anual și 20 000 de lei. Pentru aceasta trebuie, bineînțeles, muncă din zori și pînă se lasă întunericul. Dar cooperatorii din Șimian sînt primii care încheie arăturile, care încep semănatul, care termină secerișul sau culesul. Oricît ar fi de perfecționată știința pămîntului, tot omul sfințește locul, căci el este acela care aplică știința, care cu mintea și brațul determină pămîntul să dea roade mari. Există, desigur, tractoare, mașini agricole moderne, pămîntului i se dau 6 600 tone de îngrășăminte naturale și chimice, se folosesc soluții chimice contra dăunătorilor, vacile acelea mici și costelive au dispărut, în grajduri se află acum animale de rasă, de mare productivitate. Anual din Șimian pornesc pentru aprovizionarea populației 1 500 tone de carne și 1 000 hl de lapte. Omul făurește totul.

— Da, trăim o continuă bătălie cu natura, intervine în discuție Paraschiva Floricică, șefa fermei de cîmp și vicepreședinta cooperativei agricole, uneori ploua cînd nu trebuie, alteori e arșiță mistuitoare. Dar iubim munca aceasta, sîntem mîndri de roadele ei. Majoritatea sîntem aici femei. Pîine mîncăm toți, avem datoria s-o producem toți. Anul acesta am obținut una dintre cele mai bune recolte, deci și cele mai mari venituri. Zootehnia ne aduce 11 milioane de lei anual, fiecare hectar de grădină mai bine de 60 000 de lei anual, iar activitățile industriale depășesc milionul și jumătate. Asta nu înseamnă că nu mai avem nimic de făcut. Ba dimpotrivă. Pămîntul poate să dea mai mult. Îl vom face să dea. Munca noastră la fel. Numai în acest fel se poate trăi civilizat. Și demn.

— Dar copiii, copiii dumneavoastră? Cum se ridică ei în acest peisaj uman?

— Frumos. Eu am doi băieți ingineri și o fată asistentă medicală. În comună, cîteva sute de copii ai cooperatorilor, ai celor care nu știau nici să se iscălească în tinerețe, sînt astăzi muncitori și maiștri, ingineri, medici și profesori, alții sînt încă în școli.

Șimianul devine astăzi, printr-un nou peisaj al mun-

3-5 MARTIE 1949

30 de ani de la Plenara lărgită a Comitetului Central al partidului care a adoptat programul de cooperativizare a agriculturii.

Șimian, la vremea împlinirilor

Acolo unde cerul se întîlnește cu sufletul oamenilor

cii și printr-un nou peisaj al vieții, un adevărat sat modern. Case noi, aproape 1 000 la număr, multe dintre ele unicate de arhitectură, răsfățindu-se în minunate motive, forme și ritmuri populare. Liceul agricol, cu 500 de elevi, dispensarul, școlile generale, căminele culturale, magazinele, sutele de posturi telefonice, miile de televizoare, toate vorbesc despre noul făgaș de viață al satului croit după rîvna și vrednicia oamenilor. Și încă ceva. În fiecare an, zeci de cooperatori merg la Herculane și Căciulata, la Monteoru și Amara. Oamenii din Șimian, porniți demult pe un drum al temeiniciei, trăiesc frumos și drept vremea împlinirilor. Este un strop de realitate nouă, înflorită pe temelia marelui act politic al cooperativizării agriculturii românești

INA STRĂUT

Numele însuși este de legendă: Poiana Mărului. Din întîmplări vitejești și din fapte de omenie își trag seva legendele însești, care, aureolînd o existență durată pe o lungă punte dintre veacuri, străbat destinele și timpul, așezînd pe vatra acestor suflete de oameni adevărate nestemate de frumusețe morală. Iar dincolo de toate, reînnoindu-se ca și oamenii, dar rămînînd în esența sa aceeași, stăpînește ea, natura. În miazăzi, creasta semeață a Pietrei Craiului, mai aproape, căciula țugui a Măgurei Codlei spre nord. Parcă o mînă vrăjită a zis: aici, între Țara Bîrsei și Țara Făgărașului, să se ridice dealuri și să crească păduri, să fie poieni și să izvorască apă, iar la porțile Zărneștiului să înceapă un defileu, neașteptat și mirific, în care dacă intri să fii nevoit să-ți pleci fruntea, ca odinioară Vlahuță, și să zici: «Doamne, ce frumoasă țară mai avemi»

Durîndu-și existența, oamenii s-au întrecut, parcă, să și-o alcătuiască pe măsura naturii. Ei știu că locurile lor nu seamănă cu cele din jur. Sigur, și celelalte sînt frumoase, dar meleagurile acestea te duc cu gîndul în Apuseni. Casele pornesc din «poiană» și se răsfiră pînă pe piepturile de sus. Dacă e să tragi niște granițe ai închide un tărîm de peste 140 km². Uneori gospodăriile sînt la distanțe mari una de cealaltă, distanțele sufletești, între cei care locuiesc, sînt însă foarte mici. Se cunosc cu toții, formează o adevărată comuniune, dar de văzut se văd o singură dată pe săptămînă: duminica. Atunci coboară cu toții, tineri și vîrstnici, spre centru, ca într-un film fantastic regizat; o adevărată paradă a portului popular se desfășoară pe cărăruile șerpuitoare, paradă rulată parcă cu încetinitorul, o feerie de frumuseți păstrate din străbuni și aduse la o strălucire extraordinară. „Da, este posibil — ar fi gata să afirme un tradiționalist — pentru că satul este izolat, natura îl favorizează și obiceiurile nu sînt schimbate de «moda» citadină, de contactul cu zona industrializată". Complet fals. Zona foarte industrializată din Țara Bîrsei, Brașovul însuși, se află la numai cîțiva kilometri, Zărneștiul, cu evantaiul său de întreprinderi moderne, își deschide porțile, cum am spus, la gura defileului, pe partea cealaltă începe zona Făgărașului. Nu există casă din care cineva să nu lucreze la una din întreprinderile sau instituțiile megieșe. Mai bine de o treime dintre aceștia sînt femei, în special tinere. Dar portul și obiceiurile nu s-au pierdut. Dimpotrivă. Se cultivă, între alți parametri de bunăstare și cultură, dar pe același filon de autentică frumusețe. Da, toate acestea se întîmplă în mijlocul unei zone foarte industrializate. Fapt care ar putea îndemna la cîteva studii pe etnologii și folcloriștii noștri. Dar ei nu se prea văd prin Poiana Mărului, stau, în schimb, aici, și cîte doi ani, cercetători pe profil din țări străine. Este și acesta un punct de meditație. Pentru că nu doar portul înflorește aici. Se naște — pe temeliile noului nivel de trai — gustul pentru confort, pentru civilizație, dar nu în afara frumuseților și obiceiurilor moștenite, ci între coordonatele lor, și ele ridicate la o altă viziune de nevoi sufletești și spirituale. Gospodăriile nu se mai alcătuiesc ca înainte, stil cetate, ci sînt «deschise», cu porți și grădini, cu livezi... Nu, nu de meri, căci, în pofida numelui, tocmai merilor nu le prea prieste pe aici. În Poiana Mărului aproape toți sînt azi meseriași, muncitori sau tehnicieni. Dar ei fac și agricultură. O statistică locală ne demonstrează că la 500 de copii școlari doar 20 au părinții țărani. Statistica spune enorm. Comuna predă, totuși statului peste 1 000 de taurine

prin contract și aproape 10 000 hl de lapte. Zilnic, pe poteci care urcă pînă la 8—10 kilometri, sînt aduse în ranițe sau cu căruțele peste 3 000 litri de lapte. Pe dealuri se seamănă grîu și porumb, în livezi se coc fructele. Fiindcă oamenii sînt foarte harnici. Și chiar dacă au o retribuție primită pentru munca în fabrică, în orele libere ei muncesc și pămîntul, cresc animale, sînt adevărați gospodari. Asta se vede și în case. Confortul se apropie de cel orășenesc: mobilă modernă, aparate electrocasnice, aragaze, televizoare. Lumina electrică a fost introdusă pe toate coclaurile, uneori și pe la înălțimi de 1 200 de metri. Sigur, nu înălțimea e mare, ci distanța pînă la ea. Numai în satul Poiana Mărului — comuna mai are și alte sate — sînt peste 700 de televizoare. Deși oamenii cumpără cele de trebuință din întreaga zonă în care lucrează, numai prin magazinele cooperației de consum se vînd anual mărfuri ce trec de 20 milioane de lei la mia de familii. Casele sînt pline de copii, cine nu are 5 sau 6 înseamnă că a cam stat degeaba... Și apa curge în majoritatea caselor, căci sînt multe izvoare și peste tot s-au făcut — prin asociere — bazine de captare. Au apărut, deci, amenajate în casele vechi, și în mod firesc în cele noi, băile. Pe cărărui urcă și «Daciile», sînt peste 20; Virgil Țogoe, muncitor la Combinatul de celuloză și hîrtie Zărnești, o primise chiar în ziua vizitei noastre și ne întreba dacă ne place culoarea ei roșie. Aș putea continua cu dotările edilitare, cu școlile și dispensarul, cu unitățile de servire, cu patima sănătoasă pe care o dovedesc oamenii în înfrumusețarea și gospodărirea așezării. Se ridică un centru civic modern, casele au aspect de vilișoare, de-acum s-a terminat cu un etaj, trebuie neapărat două; prin muncă patriotică s-au efectuat lucrări în valoare de aproape 2 milioane de lei anul trecut. Deci, existență nouă, într-un sat modern.

Dar eu mă întorc din nou la sufletul, la vatra de suflet a acestor oameni, și zic: ei știu să cîștige mereu din ceea ce le oferă civilizația socialistă, din bunăstarea venită prin muncă și știu să nu piardă nimic din frumusețea existenței lor. Ba mai mult, se pricep s-o ridice, păstrîndu-și specificul și datinile la o altă ștachetă. De aceea, mă uit mereu la cerul acela atît de neasemuit de deasupra lor și nu pot să nu-i asemăn cu sufletele. Fiindcă mi se pare imens ca, urcînd pe scara civilizației, omul să nu uite de sine și de ce înseamnă pe bucata aceea de pămînt, de comorile morale care-i constituie suportul.

Și mă întorc la faptul de cultură și la datini. Care se îngemănează și constituie canavaua educației, a plămădirii lor ca oameni ai pămîntului, ca fii ai acestei așezări și nu ai alteia. Formațiile artistice de aici, se cunoaște, sînt vestite. Există chiar și un cor femeiesc, format din 65 de persoane, majoritatea țărance sau muncitoare, care coboară de pe dealuri, de două ori pe săptămînă, pentru repetiții. Maria Drăgoi vine din Scurtila, cam 6 km, cu nora ei, Eleonora, care este muncitoare, Eugenia Gogonea — președinta comitetului comunal al femeilor — de la 5 km, împreună cu cumnătăsa, Maria. Exemplele ar putea continua. Formația de dansuri este constituită pe 3 generații, fiecare cu costumele și jocurile sale. Văzîndu-le, participi, parcă, pe viu, la o lecție despre schimbările care au loc în port, în dans, în ritmica mișcărilor. Vîrstele sînt marcate de elemente deosebite în port. «Vîrstnici» (adică majori) sînt considerați aici doar oamenii căsătoriți. Ceilalți nu pot ajunge la această calitate. O fată de 17 ani, după căsătorie devine «vîrstnică», în înțelesul cel mai frumos al acestui cuvînt, adică a ajuns la o împlinire fundamentală. Ea poartă un costum cu fusta creață, de culoare roșie, specifică zonei Bran, maramă cu borangic, ie și iăibărică. Fetele nemăritate poartă fotă strîmtă, specifică zonei Muscel, înflorată și cu mărgele, ie cu flori pe

negru și lăibărică, dar fără panglică colorată, ci cu catifea și mărgele. Lăibărica seamănă, cumva, cu «geaca» modernă. Generația a treia, a fetelor mici, nescoase încă la joc, poartă catrințe brodate cu mătase, lăibărică de un alt model, iar pe cap o basma cu franjuri mari (țarțori). Nimeni n-are voie să se îmbrace decît așa cum îi este «vîrsta».

Frumoasă este și datina scoaterii «fetelor la joc», care se petrece într-un adevărat ceremonial. Pentru aceasta însă, înainte de Anul nou, se aleg, dintre flăcăi, vătășeii comunei: vătașul mare, vătașul mic și trei armași. Alegerea se face democratic, prin vot deschis. Sigur, vătaș mare, adevăratul comandant al flăcăilor, este ales un băiat — fruntea satului —, harnic, inimos, cu prestigiu și influență. Și care trebuie să știe să joace foarte bine. El răspunde de organizarea și buna desfășurare a tuturor petrecerilor și obiceiurilor din comună. În primele zile ale Anului nou se scot fetele — nescoase — la horă. Pînă atunci ele n-au avut voie să intre în joc, nici la căminul cultural și nici la șezători. Bineînțeles, totul se organizează de comun acord cu familiile, cu mamele. Se stabilește și flăcăul care «s-o scoată». Se face un cerc mare, fetele fac un semicerc, băieții care «le scot» altul. Muzica pornește să cînte ardeleana, vătașul mare iese cu vătășița — și ea aleasă de fete — în mijloc și joacă. Vătașul mare este obligat de datină să se însoare în răstimp de un an. Deci, anul acesta e vătaș muncitorul Ioan Perșoiu. Vătășiță, Damiana Bălan. Cînd ei termină jocul, vătașul face un semn flăcăilor din semicerc și fiecare «scoate» la joc fata stabilită. Tot satul e cu ochii pe ei. Duioșie, lacrimi și emoții. Dacă te împiedici la dansul ăsta, e nenorocire mare...

Învățătoarea Elena Gîțeiu, vicepreședinta comitetului comunal al femeilor, George Orzănică, secretar adjunct al comitetului comunal de partid, și Ilie Iacob, directorul căminului cultural, îmi vorbesc ore în șir despre viața spirituală a comunei, despre oameni și datini. Urcăm cărăruile și-i vizităm pe gospodari.

— La noi, mi se spune, munca cultural-educativă, avînd în vedere distanțele mari pe care este răsfirată comuna, nu poate fi dusă doar prin căminul cultural de centru și prin cele din sate. Folosim mult obiceiurile, de pildă cel cu vătășeli, sau șezătorile.

Șezătoarea de la Vasile Togoe, zis Ghiță a Sulcului, s-a desfășurat cam așa. Într-o cameră stăteau femeile și fetele, lucrînd: torc, împletesc sau brodează, pentru ele sau — mai ales — pentru gazdă, și cîntă. În cealaltă cameră — bărbații. Printre ei vin și activiști de la căminul cultural sau de la consiliu, se aduc cărți, broșuri, ziare. Se iscă discuții, se discută politică, se organizează, ad-hoc, adevărate dezbateri. Femeile nu se «bagă», lucrează. Uneori sînt discutate «cazuri» de familie, probleme de comportament, alteori treburi care interesează bunul mers al comunei, inițiative gospodărești. Ana, mamă a 11 copii, face oficiul de gazdă — pregătește scovergile, nucile, băutura. La sfîrșit se mănîncă, se bea și se dansează pînă dimineața. Asta — pe scurt. Dar cine poate uita glumele și poveștile care se spun, cîntecele atît de duioase ale fetelor, atmosfera aceea plăcută care se înghebează? Șezătorile se țin lanț în Poiana Mărului. Ba, cîteodată, apare la ele și brigada artistică, și să te ții pentru unii haz, iar pentru alții necaz. Și, ca să nu se creadă, cumva, că totul are iz de poveste veche, numai ce o vezi pe Cristina Gîței strunindu-și chitara și zicîndu-i un folk; și pe strungarul Traian Corca ținîndu-i isonul, deși el este un vestit cîntăreț de muzică populară.

Dar ce-i cu fata aceea de și-a pus fusta plisată, neagră, și basma tot neagră, cu margini înflorate?

— Se mărită, îmi șoptește Ilie Iacob. E și asta o datină: înainte cu două săptămîni de nuntă, viitoarea nevastă poartă acest costum specific, dînd astfel în vileag evenimentul. Dimineața o s-o vedeți în rochie, căci pleacă la lucru, la «8 Martie», în Zărnești. Este confecționeră.

— Cine le coase costumele?

— Ele. Învață de mici de la mame, de la bunici. Nimic din ce este frumos nu se pierde la noi. Ați văzut prin case...

Am văzut, într-adevăr. Și nu numai prin case. Adevărata frumusețe se vede în oameni. Toate celelalte sînt flori ale ei. Sînt flori ale sufletului.

VASILE TINCU

COPIII — ÎN FRUNTEA AGENDEI OMENIRII

În exclusivitate pentru „Almanahul Femeia"

de Dr. ESTEFANIA ALDABA-LIM, secretar general adjunct al O.N.U., reprezentant special pentru Anul Internațional al Copilului

Dr. ESTEFANIA ALDABA-LIM, fost secretar al Departamentului pentru servicii sociale și dezvoltare al guvernului filipinez, a fost numită reprezentant special pentru Anul Internațional al Copilului (A.I.C.), avînd înalta funcție de secretar general adjunct al Națiunilor Unite. Ea și-a preluat postul la secretariatul A.I.C. la New York la începutul lunii octombrie.

Este mamă a șase copii.

COPIII – ÎN FRUNTEA AGENDEI OMENIRII

În exclusivitate pentru „Almanahul Femeia"

de Dr. ESTEFANIA ALDABA-LIM,
secretar general adjunct al O.N.U., reprezentant special pentru Anul Internațional al Copilului

Dr. ESTEFANIA ALDABA-LIM, fost secretar al Departamentului pentru servicii sociale și dezvoltare al guvernului filipinez, a fost numită reprezentant special pentru Anul Internațional al Copilului (A.I.C.), avînd înalta funcție de secretar general adjunct al Națiunilor Unite. Ea și-a preluat postul la secretariatul A.I.C. la New York la începutul lunii octombrie.

Este mamă a șase copii.

În decembrie 1976, Adunarea Generală a Națiunilor Unite a proclamat anul 1979 ca An Internațional al Copilului (A.I.C.). Obiectivul A.I.C este de a concentra atenția și preocuparea comunității internaționale asupra nevoilor copiilor de pretutindeni, în special din țările în curs de dezvoltare, cu scopul de a înfăptui o îmbunătățire imediată și de perspectivă a vieții a milioane de copii din lumea întreagă. Sperăm că A.I.C. va constitui un punct de legătură pentru toate genurile de acțiuni menite să intensifice eforturile tuturor organizațiilor și persoanelor particulare care se preocupă de bunăstarea copiilor.

A.I.C. coincide cu cea de-a 20-a aniversare a adoptării Declarației drepturilor copilului. De aceea este o ocazie de a trece în revistă modul în care sînt aplicate principiile Declarației.

Spre deosebire de alți «Ani» organizați de Națiunile Unite, nu este prevăzută nici o conferință generală pentru A.I.C. Obiectivele lui vor fi realizate prin stimularea și sprijinirea implicării opiniei publice în problematica atît de vastă a dobîndirii bunăstării copiilor pe calea activităților înfăptuite de către fiecare stat membru, în anii 1978 și 1979, cu scopul de a spori preocuparea și grija pentru nevoile speciale ale copiilor din partea organelor decisive și a opiniei publice, în general, și de a le încuraja să întreprindă acțiuni efective în direcția unei îmbunătățiri importante și de durată a situației copiilor.

Anul Internațional al Copilului este menit să contribuie la dezvoltarea generală a copilului pe multiple planuri: fizică, intelectuală, psihologică și socială. Activitățile inspirate de A.I.C. vor reflecta, firește, problemele și prioritățile naționale, precum și interesele speciale ale altor organizații participante. Țările dezvoltate au în fața lor domeniul vast al nevoilor copiilor care sînt supuși unor abuzuri, copiilor handicapați fizic sau mintal, copiilor expuși pericolului drogurilor și comportamentului criminal, copiilor muncitorilor imigranți și refugiați, precum și educării părinților pentru creșterea copiilor.

Cu toată preocuparea largă de a-i sprijini pe toți copiii de pretutindeni, Anul va acorda o atenție cu totul specială condițiilor grave în care trăiesc majoritatea copiilor lumii. În prezent, peste 350 000 000 dintre ei trăiesc o viață de extremă sărăcie, sînt privați de cele mai elementare necesități ale supraviețuirii. Progresul în direcția îmbunătățirii situației acestor copii este foarte lent. De aceea A.I.C. trebuie să servească drept stimulent pentru acțiuni naționale și internaționale în vederea unei satisfaceri mai eficiente a nevoilor fundamentale ale acestor copii în domenii ca nutriția, sănătatea, educația, aprovizionarea cu apă și locuințele. La nivel național, de exemplu, A.I.C. va oferi ocazii unice pentru o trecere în revistă eficientă — atît în țările bogate, cît și în cele sărace — a politicii și legislației privind copiii, precum și a programelor care se înfăptuiesc și a serviciilor dedicate copiilor. Guvernele sînt chemate să-și îmbunătățească programele și serviciile pentru copii și, dacă este posibil, să sporească resursele ce le sînt alocate acestora. Un număr de 52 de țări au instituit deja comisii naționale pentru A.I.C., iar alte 40 se așteaptă să le urmeze exemplul înainte de sfîrșitul anului.

Succesul A.I.C. nu va depinde numai de guverne, ci și de participarea activă a sistemului Națiunilor Unite, a organizațiilor neguvernamentale și a mijloacelor de informare în masă. UNICEF a fost desemnată ca «principală agenție» responsabilă pentru coordonarea activităților din cadrul sistemului O.N.U. și la nivel global. Aproximativ 24 de agenții specializate sînt angajate în acest efort colectiv. O.I.M., de exemplu, preconizează o serie de studii asupra condițiilor copiilor care muncesc.

Produs al unei inițiative a organizațiilor neguvernamentale, A.I.C. continuă să găsească în rîndul acestora pe unii dintre cei mai devotați, dinamici și entuziaști susținători ai săi, organizațiile neguvernamentale aducînd o contribuție valoroasă în cadrul acestei acțiuni internaționale atît la nivel național, cît și global. În unele țări dezvoltate, organizațiile neguvernamentale au un rol activ sau conducător în cadrul comisiilor A.I.C. Dintre marile acțiuni internaționale voi aminti că Federația Democrată Internațională a Femeilor organizează o Conferință internațională neguvernamentală, care urmează să se desfășoare în mai 1979, cu tema «Pentru un viitor pașnic și sigur al tuturor copiilor».

Pregătiri febrile pentru A.I.C. sînt în curs de desfășurare în mai multe țări. În rîndul proiectelor care se află în fază de finalizare este și un program global de televiziune care va fi emis în lumea întreagă pentru a inaugura Anul Internațional al Copilului, la 1 ianuarie 1979. Posturile de radio și televiziune naționale au și fost invitate să realizeze programe pentru această acțiune. Un atlas mondial al copiilor, conținînd date statistice fundamentale despre mortalitatea infantilă, sănătatea copiilor, alimentația și instruirea lor, va fi publicat înainte de sfîrșitul lui 1978. UNICEF pregătește, de asemenea, spre publicare în 1979 un mesaj asupra situației copiilor lumii. Evident, principalul eveniment internațional al Anului va fi o dezbatere specială asupra copiilor ce se va desfășura în cadrul sesiunii din 1979 a Adunării Generale a O.N.U., care va face o trecere în revistă a progreselor înregistrate în înfăptuirea obiectivelor A.I.C.

Nu putem uita nici o secundă faptul că realizarea Anului Internațional al Copilului pornește de la o idee extrem de simplă și reală: copiii solicită o atenție specială, un tratament deosebit ca obiectiv specific al eforturilor noastre. A.I.C. oferă ocazia de a așeza copilul în fruntea agendei globale, de a determina ca omenirea să vadă și să înțeleagă situația copiilor așa cum este ea, de fapt, în dimensiunile ei cele mai tragice și, astfel, șocată, să acționeze. Căci numai prin forța angajării noastre colective și prin eforturile noastre susținute în numele lor se poate realiza orice îmbunătățire a situației copiilor.

POLITICA DEMOGRAFICĂ ÎN CONTEXTUL DEZVOLTĂRII GENERALE, ECONOMICE ȘI SOCIALE A ȚĂRII NOASTRE

OLIMPIA SOLOMONESCU
președinta Comisiei Naționale de Demografie

Politica demografică reprezintă un ansamblu de măsuri economice, sociale, juridice, medicale și educativ-culturale pe care partidul și statul nostru le promovează în vederea întemeierii și consolidării familiei, creșterii natalității, dezvoltării armonioase a întregii structuri a populației pe ansamblul țării și în profil teritorial. Este lesne de înțeles că toate aceste măsuri fac parte organică din planul unic de dezvoltare economico-socială elaborat anual sau pe mai mulți ani în perspectivă.

Simpla enumerare a complexului de măsuri ce dă expresie practică politicii demografice — acordarea concediului de maternitate, indemnizația de naștere, alocația pentru copii, prioritățile în repartizarea și construcția de locuințe pentru familiile cu copii, dezvoltarea impetuoasă a construcțiilor de creșe și grădinițe, gratuitatea ocrotirii sănătății și educației și alte măsuri — atestă grija permanentă a partidului și statului nostru de a asigura armonia, obiectiv necesară, între creșterea economică și evoluția demografică, fenomene esențiale în dezvoltarea oricărei societăți.

Edificator în acest sens este faptul că fondurile prevăzute în bugetul statului care se referă la susținerea materială a politicii demografice au crescut de peste 16 ori comparativ cu anul 1950, și constituie circa 60 la sută din totalul bugetului la nivelul unui an.

Pornind de la cunoașterea interdependenței și a influenței reciproce dintre dezvoltarea economică a fenomenelor demografice, Programul Partidului Comunist Român de făurire a societății socialiste multilateral dezvoltate și înaintare a României spre comunism stabilește liniile directoare de dezvoltare a acestor două componente hotărîtoare în dezvoltarea generală a țării. Tovarășul Nicolae Ceaușescu, secretarul general al partidului, a subliniat în repetate rînduri importanța unei creșteri demografice active, rolul deosebit al familiei în asigurarea tinereții și vigorii națiunii noastre, în creșterea unor generații sănătoase și bine instruite și educate.

Menținerea în ultimii ani a unui spor demografic normal, cu o creștere anuală a populației de circa 10 la mie, ca urmare a evoluției constante a natalității în limita nivelului de 19—20 la mie și a mortalității generale de 9—10 la mie, reflectă cum nu se poate mai pregnant caracterul unei politici demografice active a partidului și statului nostru, în contextul politicii de dezvoltare generală economică și socială a țării.

Asigurarea în perspectivă a acestor corelații demografice pozitive dintre natalitate, mortalitate generală și spor natural al populației creează premisele îndeplinirii prevederilor din Program «...astfel încît în 1990 populația României să ajungă la cel puțin 25 milioane de locuitori, iar în anul 2000 la circa 30 de milioane».

Garanția realizării acestor linii directoare de prognoză demografică din Programul partidului o constituie ritmul înalt de dezvoltare economică, în primul rînd industrializarea intensă a țării, creșterea și diversificarea serviciilor care urmăresc în final realizarea scopului suprem al societății noastre socialiste, sporirea continuă a bunăstării materiale și spirituale a omului, a familiei.

În planul unic de dezvoltare a economiei noastre pe perioada pînă în 1980 și în planurile de dezvoltare în perspectiva anilor 1990 *este asigurată baza materială* — fondurile și investițiile în construcții pentru toate măsurile de ordin economic și social ce compun complexul acțiunilor de politică demografică. În scopul asigurării unor condiții din ce în ce mai bune pentru constituirea și consolidarea familiei, Programul partidului prevede rezolvarea în general a problemei locuințelor, prin construcția în perioada 1976—1990 a 2,5—3,0 milioane de apartamente, sporind totoda-

tă gradul de confort și ponderea apartamentelor cu 3—5 camere. Desigur că perfecționarea acestui complex de măsuri, atît sub aspect cantitativ, cît mai ales calitativ, revine ca o sarcină importantă tuturor organelor de stat centrale și locale, obștești și cooperatiste care au răspunderi în acest domeniu. Totodată se va acorda o atenție sporită serviciilor destinate ușurării muncii femeilor în gospodărie, servicii care se vor dezvolta într-un ritm mediu anual de 10—11 la sută.

Concomitent cu realizarea acestui fundament economic, al politicii demografice, o importanță deosebită se acordă măsurilor de informare, educare și propagandă demografică, larg concertate, pentru asigurarea menținerii în continuare a natalității la nivelul atins în prezent, pentru formarea unui comportament demografic al populației, și îndeosebi al tineretului, favorabil realizării unei dimensiuni crescute a familiei.

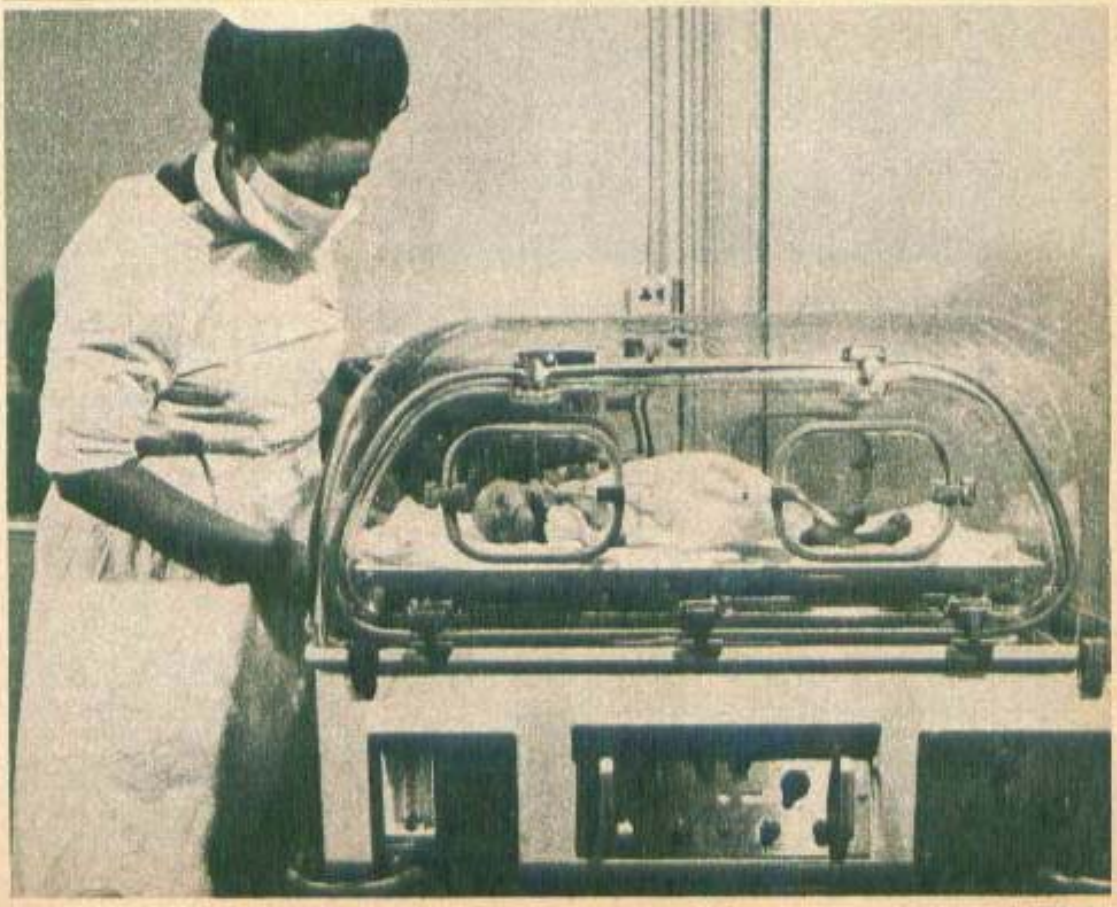
Acestor obiective prioritare Comisia națională și comisiile județene de demografie și a municipiului București le-au acordat o atenție deosebită, desfășurînd o susținută activitate de informare, documentare, educație și propagandă demografică, începînd cu membrii acestor comisii, cadre de răspundere din aparatul de stat central și local, și specialiști ce lucrează în domenii care au legătură cu procesele demografice.

Învățămîntul superior, îndeosebi cel economic medical, juridic, filozofic, sociologic, geografic etc., a inclus în planurile de pregătire a cadrelor de specialitate o serie de cursuri cu tematici demografice.

Masele largi de oameni au beneficiat de informare periodică asupra fenomenelor demografice din țara noastră, a măsurilor de politică demografică prin emisiuni speciale organizate de Radioteleviziunea română cu caracter permanent, cum sînt «Universul familiei», la Radio, și «Familia», la Televiziune, concomitent cu o serie de mese rotunde cu tematici populaționale, care au întregit orizontul cunoașterii în acest domeniu.

Specialiști cu formații profesionale diferite, ca: sociologi, economiști, medici, juriști, psihologi ș.a., au avut posibilitatea să-și valorifice cercetările și studiile lor demografice în cadrul simpozioanelor și colocviilor organizate pe această temă, îndeosebi după anul 1974, care s-a marcat prin organizarea la București de către Națiunile Unite a Conferinței Mondiale a Populației, ceea ce a însemnat trecerea pe o treaptă calitativ nouă a abordării problemelor populației.

Astfel, sub coordonarea Comisiei Naționale de Demografie, avînd concursul organelor centrale și locale și al unor foruri științifice de specialitate, cum sînt Uniunea societăților de științe medicale, Societatea de științe geografice, istorice, sociologice, s-au organizat colocvii demografice pe zone istorico-



geografice: Banat, Moldova, Oltenia, Dobrogea, care au dezbătut probleme referitoare la: interdependența dintre creșterea economică și evoluția demografică; calitatea reproducerii umane; comportamentul demografic al populației; eficiența măsurilor de politică demografică și altele, cu care ocazie s-a evidențiat, totodată, specificul proceselor demografice pe aceste zone, formulîndu-se măsuri cu caracter practic posibile a fi luate în vederea influențării și armonizării proceselor demo-economice.

În planurile de perspectivă ale activității Comisiei naționale, ale comisiilor județene de demografie și a municipiului București se prevăd continuarea și diversificarea acțiunilor de educație și propagandă demografică pe toate eșaloanele educaționale de instruire și ale mass-mediei. O pondere importantă în cadrul activității de viitor o are munca de cercetare, care va aborda teme importante, cum sînt: evoluția fertilității feminine; participarea femeii la decizie; starea de sănătate și comportamentul demografic al populației navetiste și migratoare; studierea complexă a modificărilor survenite în dimensionarea familiei etc.

O problemă de primă necesitate va fi aceea a pregătirii educatorilor în probleme demografice, adică a constituirii unui larg corp de specialiști pe diverse discipline (sociologie, medicină, economie, legislație etc.), care să participe activ la procesul de conștientizare a tineretului în primul rînd și în general a marelui public în problemele de demografie.

În acest vast plan educațional, care cuprinde concomitent tineretul din școli și colectivele de muncă, alături de diverse forme pentru întreaga populație, se are în vedere îmbunătățirea programelor școlare, începînd cu ultimele clase ale școlii generale și clasele liceale, prin includerea în conținutul acestora a noțiunilor privind educația familială, procesele demografice, relațiile între sexe, aspecte de educație privind îngrijirea și creșterea copiilor mici etc.

Comitetelor și comisiilor femeilor le revin sarcini mari în cadrul acestui plan educațional. Beneficiind de îndrumarea și sprijinul permanent al tovarășei Elena Ceaușescu, mișcarea de femei din România contribuie la îndeplinirea deziderateior educative naționale pentru ridicarea gradului de conștiință al membrilor familiei, pentru educarea unui tineret bine instruit și apt să ducă mai departe ștafeta înfăptuirii aspirațiilor poporului nostru, a socialismului și comunismului. Alături de celelalte forme de educare, informare și propagandă demografică un rol important îl are și planul unic de educație sanitară, a îndeplinirea căruia participă toate organele centrale de sinteză, organizațiile de femei și de tineret și alte organizații obștești și cooperatiste.

În vederea creării condițiilor tot mai bune pentru întărirea continuă a stării de sănătate, ocrotirea și consolidarea familiei, creșterea, pregătirea și educarea noilor generații, menținerea vigorii și sănătății întregii națiuni.

Alături de o serie de forme existente în procesul educațional și de propagandă demografică ce se adresează colectivelor de tineri, maselor largi, cum sînt cluburile: «Femina», «Profamilia», «Căminul», «Tinerii căsătoriți» etc., sau de forme instituționale educativ-medicale, cum sînt: sfatul premarital și marital, sfatul genetic,

«Școala mamei» etc., o mare audiență la specialiști și o largă răspîndire în masa marelui public o va avea organizarea «Sfatului familiei», căruia îi va fi consacrat primul colocviu pe zona demogeografică Transilvania, din luna octombrie a.c., de la Alba Iulia.

O problemă de stringentă actualitate ce face obiectul multor studii și cercetări ale specialiștilor din cadrul Comisiei Naționale, al comisiilor județene și a municipiului București de demografie o constituie factorii care condiționează influențele reciproce dintre evoluția fenomenelor demografice și mișcarea populației, tematică ce va fi dezbătută în cadrul primului colocviu pe zona demo-geografică Muntenia, în prima parte a anului 1979.

Anul 1980 va marca în planul nostru de activitate organizarea primului colocviu național de demografie, la care intenționăm să prezentăm sinteza studiilor și cercetărilor abordate în cadrul primelor colocvii pe zonele demo-geografice ale țării, care au avut loc în anii anteriori.

Un rol important în realizarea unor astfel de acțiuni îi revine presei, radioului și televiziunii, precum și altor organe de propagandă cu care Comisia Națională de Demografie colaborează în realizarea sarcinilor din acest domeniu.

În viitor apare mai necesar ca oricînd ca prin acțiunea acestor forme și mijloace de informare, educație și propagandă demografică să fie sensibilizate și mobilizate și forțele de creație artistică din domeniul literaturii, cinematografiei, picturii și sculpturii, pentru ca la îndemîna marelui public să existe mai multe romane, poezii, filme, picturi etc. care să reflecte realitatea de astăzi a nobilului țel al familiei: asigurarea unor generații tinere și viguroase, capabile să se ridice pe culmi calitative mai înalte ale națiunii noastre, să realizeze obiectivele economice și idealurile noastre spirituale proiectate în perspectiva anilor, sub conducerea clarvăzătoare a partidului și statului nostru.

FAMILIA – O PERMANENȚĂ UMANĂ ÎN CONTINUĂ EVOLUȚIE

Convorbire cu DOINA DRAGOMIRESCU, cercetător științific la Centrul de sociologie al Universității din București

— Deci, sînteți de acord cu enunțul din titlu.

— Sînt.

— Știți, l-am mai prezentat cuiva, solicitîndu-i acest interviu, și a spus să mă hotărăsc: ori e permanență și atunci nu e de acord cu mine, ori e evoluție și stăm de vorbă. Oricum, amîndouă constituie un...

— Paradox, nu?

— Exact. Și nu m-am putut hotărî.

— Eu cred că n-ați procedat greșit. După părerea mea, acest paradox aparent exprimă unul din adevărurile fundamentale ale sociologiei marxiste în legătură cu familia. Pentru că deși există de cînd există și societatea, fiind una din cele mai vechi forme de comunitate umană, tot atît de veche cît și omenirea, familia a cunoscut o serie de schimbări esențiale. Adică structurile și funcțiile sale, deși între anumite limite s-au păstrat — și aici intervine elementul de permanență —, sînt totuși diferite de la o orînduire la alta, de la un mediu la altul. În același timp, mutațiile și permanențele se interpătrund, punîndu-și pecetea una asupra celeilalte. În sensul că mutațiile, transformările, evoluția păstrează în același timp elemente caracteristice epocilor anterioare sau de tradiție, iar, la rîndul lor, elementele de permanență poartă pecetea transformărilor. Ceea ce ar fi, poate, al doilea paradox.

— Pentru ca interviul nostru să poată evolua... fără paradoxuri, v-aș propune o scurtă dizertație despre structurile și funcțiile familiei. Mai ales că teoria asupra lor s-a mai schimbat întrucîtva.

— Prin structuri ale familiei literatura contemporană de specialitate înțelege caracteristicile și trăsăturile care definesc familia ca grup și sînt proprii familiei în întregul ei. Cele mai importante sînt *dimensiunea* (sau talia), deci numărul membrilor care o alcătuiesc, apoi *modelele de interacțiune dintre membrii grupului familial*, adică relațiile de colaborare sau de lipsă de colaborare dintre soț și soție, dintre părinți și copii etc., și un al treilea element important al structurii — *relația de autoritate*. Această relație aparține, de fapt, modelelor de interacțiune, dar e atît de importantă în familia contemporană încît este considerată element aparte. În sfîrșit, structura mai cuprinde un al patrulea element, și anume *stilul* membrilor grupului familial. Acesta se referă la *imaginea* pe care membrii familiei o au despre ei înșiși ca grup.

În ceea ce privește funcțiile, pe unele dintre acestea familia le-a îndeplinit de cînd există, deși modelul de realizare a lor s-a schimbat. Să amintim mai întîi de *funcția biologică*, ce răspunde necesității de a se perpetua viața, apoi de *funcția educativă, socializatoare* — familia îngrijindu-se întotdeauna, sub anumite limite și control social, de creșterea și educația copiilor. S-ar mai adăuga *funcția de solidaritate* a membrilor familiei, de satisfacere a nevoii de afectivitate și de securitate. Teama de singurătate a unicei ființe conștiente de sine în mijlocul naturii a fost și rămîne imensă. Într-un fel sau altul, în toate epocile, familia a avut, și eu afirm că va avea, în continuare, o structură dată, și a realizat cel puțin funcțiile enunțate, ca și pe cea *econo-*

mică, de producere a subzistenței și de organizare a consumului, funcție fundamentală, care a suferit, și suferă încă, schimbările cele mai spectaculoase.

— În această viziune teoretică, ce mutații intervin în evoluția familiei contemporane și cu ce implicații?

— În familia românească actuală există predominant tendința de a se restrînge dimensiunea grupului, pînă la tipul de familie nucleară, adică formată din soț, soție și copiii lor necăsătoriți. Se schimbă, de asemenea — datorită mutațiilor petrecute în funcția economică —, caracterul interacțiunilor din familie. Soția și copiii nu mai sînt subordonați soțului, și respectiv tatălui, nu mai depind exclusiv de el din punct de vedere material, aceste relații tinzînd să se structureze pe alte principii, în special pe cele de ordin moral. Devin, adică, mai echitabile. Acest element de echitate este mai pregnant în cea de a treia componentă a structurii, adică în relația de autoritate, de putere, din cadrul familiei. Unde raportul dintre soț și soție tinde, mai vizibil decît în celelalte elemente, să devină un raport de egalitate. Îndeosebi în cazul în care și soția lucrează. În ceea ce privește funcția economică, ea este preluată azi, tot mai mult, de societate, mai ales latura de organizare a consumului, pe măsură ce se dezvoltă și se diversifică serviciile. Foarte interesant de observat este modul spectaculos în care evoluează funcția de solidaritate, ea se dezvoltă mai mult tocmai pentru că mobilurile predominant economice, materiale, ce stăteau la baza închegării unei căsnicii, au dispărut ca mobiluri fundamentale, fiind înlocuite cu cele morale. Ei bine, în acest cadru, și funcția de socializare își schimbă conținutul, pentru că și o bună parte din sarcinile sale sînt preluate de societate. Specialiștii sînt de părere însă că rolul familiei în educarea copiilor, ca și în educarea adulților, este departe de a dispărea. Dimpotrivă.

— Dar există în lume și ideea după care societatea ar trebui să preia, prin organisme specializate, întreaga sarcină de educare, de socializare a copiilor. Argumentul principal: dacă în toate domeniile de activitate umană se cer pricepere, talent, specializare, de ce tocmai pe cel al formării omului de mîine trebuie să-l lăsăm pe seama părinților, dintre care peste 80 la sută n-au talent de pedagogi și nici cunoștințele minime necesare? Ce ați răspunde?

— Aș răspunde că e ușor să lansezi idei originale, mai ales cînd ele par, sau chiar sînt, logice. Uneori logica faptelor este însă mai tare decît logica teoriei și, oricum, ultima poate deveni inumană dacă nu ține seama de prima. În Iugoslavia s-au întreprins niște studii tocmai pe această problemă dacă n-ar fi mai bine ca societatea să preia, cu totul, de la familie sarcina socializării copiilor. Unui lot de copii orfani li s-au creat — într-un așezămînt experimental — condiții de creștere și educare excepționale, așa cum le dorim pentru societatea viitorului. Acest lot a fost urmărit de la naștere pînă spre adolescență. Un al doilea lot de copii — cu aceleași valențe biologice, psihice etc.— a crescut în familii obișnuite. Concluzia cercetării: chiar dacă în familie nu se pot asigura condiții materiale și de educație ideale, copiii crescuți aici devin personalități mai complete, și în primul rînd din punct de vedere afectiv. Ceilalți se formează, cumva, ca niște personalități abstracte, uscate sufletește. În toate concluziile se subliniau cuvintele: «Le lipsește ceva». Acest «ceva» era dragostea părinților și, îndeosebi, căldura neasemuită a mamei. Care-și pune amprenta asupra structurii psihice a copilului pentru toată viața.

— Cu voia dumneavoastră, am vrea să abordăm acum un alt grup de probleme. Mai întîi despre gînditorii care propovăduiesc dispariția familiei.

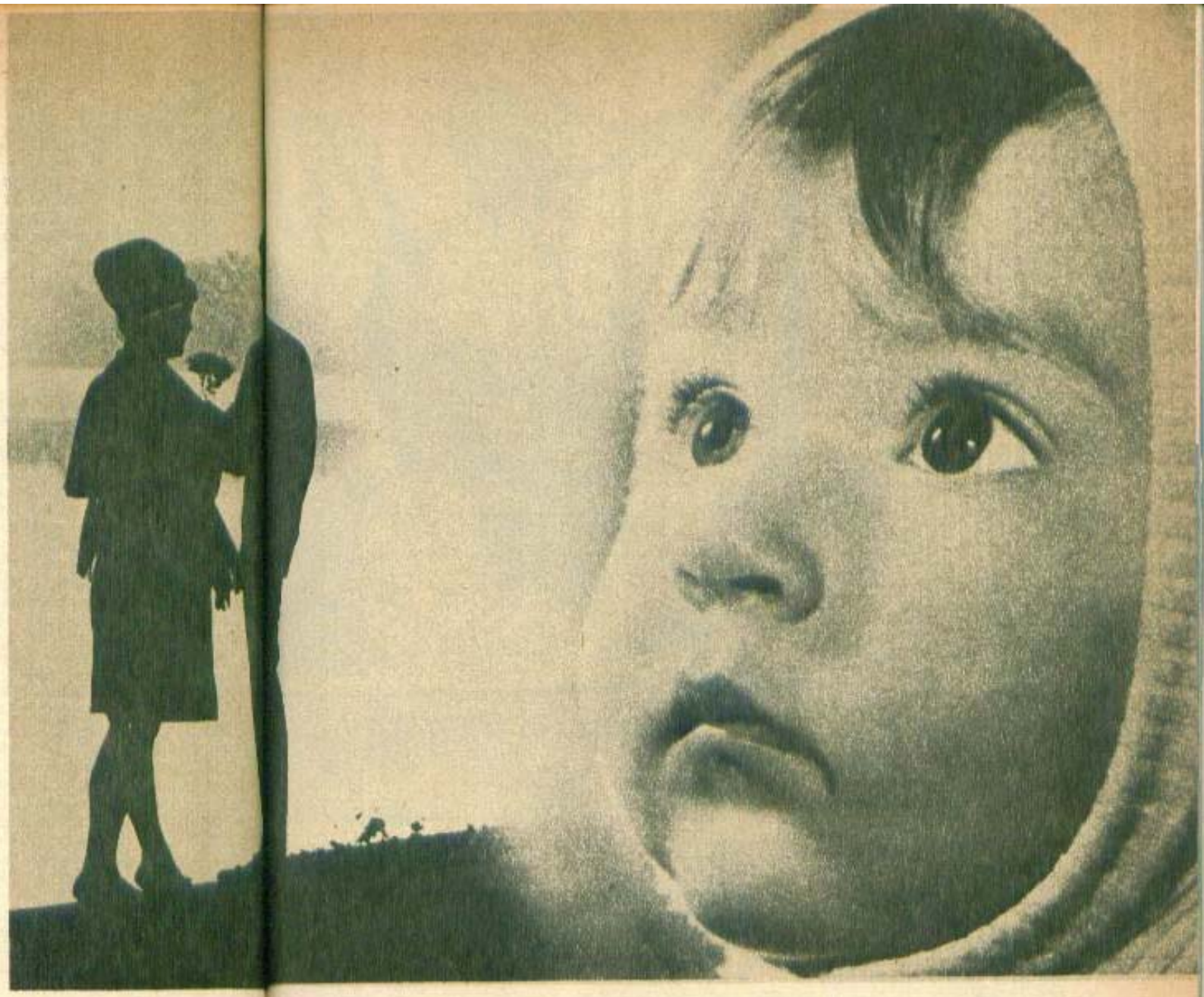
— Da, există și dintr-aceștia. Dar trebuie să ne punem de acord asupra unui lucru, și anume ce se înțelege prin «gînditori», pentru că termenul este ambiguu. Pentru mine gînditorii care au șansa de a fi luați în considerație în specialitatea mea de sociolog ai familiei sînt aceia care își bazează considerațiile pe niște date științifice, pe niște premise științifice. Adică este vorba despre gînditori în psihologie, în sociologie, în psihologie socială sau în antropologie.

Vă spun asta pentru că în cadrul strict științific nimeni nu afirmă că familia,

ca uniune monogamă, va dispărea. E adevărat, sînt unii care afirmă că nu este singura formă de organizare familială și, de fapt, nici nu este.

— Vă referiți la «experimentele» familiei organizate în grupuri mari, așa-zis «libere», în care promiscuitatea este ridicată la rangul de «libertate a sexelor»?

— Mă refer, în primul rînd, la faptul că pe glob, și înainte, dar și acum, există, din cauze extrem de diverse, forme diferite în care este concepută și structurată familia și e bine să urmărim evoluția lor, să nu le ignorăm. În ceea ce privește familiile formate din grupuri mari, care



ca uniune monogamă, va dispărea. E adevărat, sînt unii care afirmă că nu este singura formă de organizare familială și, de fapt, nici nu este.

— *Vă referiți la «experimentele» familiei organizate în grupuri mari, așa-zis «libere», în care promiscuitatea este ridicată la rangul de «libertate a sexelor»?*

— Mă refer, în primul rînd, la faptul că pe glob, și înainte, dar și acum, există, din cauze extrem de diverse, forme diferite în care este concepută și structurată familia și e bine să urmărim evoluția lor, să nu le ignorăm. În ceea ce privește familiile formate din grupuri mari, care au apărut în unele locuri în Occident, trebuie să spun că ele aproape nu mai există, eșuînd lamentabil. Cauza? Cei care le-au întemeiat au pus la temelia lor o eroare: iluzia deplinei libertăți sexuale, fiecare să aibă relații cu fiecare, în mod nelimitat și după dorință. Dar vedeți, lucrurile nu s-au putut desfășura chiar astfel, s-au născut, ca în orice relație umană de acest gen, preferințele, jocul preferințelor naște nedreptatea, frustrarea, deci eliminînd libertatea pe care o rîvneau cei care intrau în combinație. Erau, de fapt, niște ființe eșuate moral, și chiar psihic, care căutau un liman. Ca să nu mai vorbim de imensele probleme ce le ridicau creșterea și educația copiilor apăruți în asemenea condiții.

Într-o cercetare care se efectuează în colaborare cu specialiști din mai multe țări, sub auspiciile Consiliului național pentru cercetare științifică din Roma, exista în preanchetă și întrebarea: «Credeți că participarea femeii la decizie ar fi mai mare decît în prezent dacă familia s-ar transforma în altă formă de comunitate umană?» Subînțelegîndu-se dispariția familiei monogame și trecerea la un tip de familie pe grupuri. Subiecții au întrebat: «Ce înseamnă *o altă* formă de comunitate umană?» Li s-a explicat. Rezultatul: fără excepție, toți cei investigați se uitau la cercetători ca la niște oameni care... nu au cu ce se ocupa și umblă cu bazaconii!

Părerea mea este că familia, structurile și funcțiile sale vor continua să se perfecționeze pe măsura perfecționării societății, iar familia, ca uniune monogamă, va continua să existe și în societatea comunistă. Și acestei familii îi va reveni, în principal, și în comunism sarcina socializării copiilor — cel puțin în primii lor ani de viață.

— *Unii dintre cei care susțin că familiile pe grupuri ar fi familiile viitorului se referă, în special, la lucrarea lui Engels: «Originea familiei, a proprietății private și a statului».*

— Se referă, dar nu se iau în considerație niște limite de informare care erau ale epocii. Engels folosește în lucrare datele științifice care existau atunci, și în special pe cele ale lui Morgan, care arătau că a existat o primă perioadă în istoria omenirii în care relațiile dintre sexe n-ar fi fost reglementate. Or, cercetările mai noi arată că n-a existat nici o treaptă de organizare socială în care relațiile dintre sexe să nu fi fost reglementate. Pe baza acestor date statistice noi am făcut și afirmația de la început, cînd am spus că familia este tot atît de veche cît și omenirea.

— Care sînt dificultățile specifice cu care se confruntă cei care constituie o familie?

— Cele de adaptare. Îndeosebi acelea care se referă la trecerea — așa cum spun sociologii — de la orientarea spre **sine** la orientarea spre **noi**, trecere care, rețineți este tot o permanență. Pentru că fiecare membru al cuplului vine în căsnicie cu niște «așteptări» pe care dorește să le satisfacă celălalt. Dar nu are fixat în minte întotdeauna faptul că și celălalt vine cu niște «așteptări». Cred că societatea poate face mult mai mult în educarea tinerilor pentru viața de familie, inclusiv în afirmarea unei firești educații sexuale. Copiii, încă de la 6 ani, pun astăzi întrebări «curioase» sau au simpatii și antipatii în rîndul sexului opus. Părinții fac haz, iar profesorii ori se fac că nu văd, ori le consideră «tendințe periculoase» și iau măsuri drastice. Nu astfel se rezolvă însă problema, ci prin cunoaștere, prin educație.

— Și o altă dificultate mai de structură?

— Dificultatea de adaptare a ambilor parteneri la noile roluri ce revin familiei moderne. În realizarea, pe baze egalitare, a unui armonios și echilibrat cuplu uman.

— O ultimă întrebare: cum ați defini familia viitorului?

— Există o definiție extraordinară la care nu mai am nimic de adăugat, și anume că familia trebuie să fie formată dintr-un stăpîn, o stăpînă și doi sclavi. Fiecare să fie deci pe plan afectiv atît stăpînul cît și sclavul iubirii celuilalt. Pentru a fi fericit, omul n-are ce să-și dorească mai mult. Poate, în drumul spre comunism, va avea forța să se ridice la o asemenea frumusețe.

VASILE TINCU

MESERIA DE TATĂ SE ÎNVAȚĂ

Fenomenul se află astăzi în atenția generală și nu mai poate fi contestat de nimeni. Sociologii îl studiază implicațiile sociale, medicii — rezultatele științifice. Să-i spunem pe nume: imaginea tradițională a tatălui a început să se clatine. Noțiunea paternității a început să-și dilate dimensiunile pentru a cuprinde în ea noi atribute, noi responsabilități, francezii propunînd chiar un cuvînt nou, *paternaju*, care să înlocuiască incompletul — azi — «*paternitate*». Să fim de acord cu ideea: pînă mai ieri, tatăl acorda identitate socială pruncului, presupunînd prezența autorității în casă și a răspunderii materiale. Mama — se spunea și se înfăptuia — avea totala responsabilitate a îngrijirii și creșterii copiilor, ea depozitînd afecțiunea, răbdarea, dar și prozaismul gesturilor cotidiene. «*Pentru un bărbat* — se pare că scria Caesar, nu fără umor, cu aproape două milenii în urmă — *creșterea copiilor pare a fi o servitute mai stingheritoare decît îmblînzirea animalelor și mai e-xasperantă decît o tabără năpădită de țînțari din deșertul egiptean*». Un tată cu un biberon în mînă părea o erezie antipatriarhală, un obiect de caricatură — înduioșătoare, ce e drept —, un tată ocupîndu-se de împrospătarea scutecelor, un condamnat la muncă silnică. Și iată că tații de azi (mai ales cei tineri, pînă în 35 de ani, demonstrează cercetările) s-au lepădat de prejudecăți, și-au înțeles noua condiție — determinată de noul statut social al femeii și de noile structuri ale familiei — și și-au acceptat — nu ca pe o «servitute stingheritoare», ci ca pe o îndatorire firească, umană — participarea în toate zonele îngrijirii și educării copiilor. Sigur, verbele mai trebuie conjugate la timpul prezent, procesul nu e deloc încheiat și nicidecum lin, nu toți tații sînt dispuși să-și accepte noile și, desigur, nu prea comodele îndeletniciri, argumentul «nepriceperii masculine», al lipsei milenare de exercițiu în îngrijirea suga-

rilor, de pildă, fiind unul dintre cele mai frecvente. Vin însă sociologii și hotărăsc: «Meseria de tată» se învață, cum enunță chiar din titlu cartea omului de știință Bernard Muldworf. «Asistați la nașterea copilului dv. și ocupați-vă de el din primele sale zile de viață» cere prof. dr. Jean Badoui, permițînd — în clinica sa din Neuilly — accesul permanent al taților și participarea lor, alături de mame, la îngrijirea nounăscuților. Imaginea maternității exclusiviste, posesive și totodată copleșită de îngrijirea pruncilor este înlocuită de imaginea — mult mai completă și armonioasă — a cuplului mamă-tată, urmărind și răspunzînd echitabil, egal — chiar dacă nu identic — de evoluția, creșterea și educarea celor mici. Totul se poate învăța pe lumea asta cînd există bunăvoință, interes și simțul răspunderii — demonstrează, și în această privință, cercetătorii. Și iată că la noi încep să apară școli pe profil patern, ca să spun așa: la Cluj-Napoca, medicul pediatru Emil Florea are, încă de prin 1970, buna idee a înființării unei «școli a bunicilor», justificată prin imixtiunea — de mare pondere azi — a bunicilor în creșterea nepoților, idee revizuită și îmbunătățită prin realizarea unor «școli ale taților». Ideea se răspîndește prin țară, și iată cursuri pentru tați la Tg. Mureș, Miercurea Ciuc, Crevedia, Arad, ba chiar — aflăm — și într-o comună din jud. Hunedoara, Toteşti, ca să dăm doar cîteva exemple. Chiar dacă unele «școli» au obosit și au sucombat pe drum, chiar dacă unii animatori nu au perseverat sau nu au căpătat sprijinul necesar, ideea merită reluată, discutată, reînsuflețită. Ceea ce și încercăm în ancheta de față, la Cluj-Napoca, orașul-mamă al școlilor pentru tați...

AU CUVÎNTUL SPECIALIȘTII...

Dr. Victoria Gheorgheci: *«Instinctul patern poate fi magistral educat».*

Dar, de fapt, discuția despre ce trebuie să fie o asemenea școală a taților, despre «disciplinele» pe care trebuie ea să le cuprindă (e vorba oare numai de puericultură?) se cere începută, poate, cu cea despre rolul actual al tatălui în familie (o anchetă recentă stabilea că bărbații se schimbă inevitabil — chiar dacă mai încet — atunci cînd femeia însăși se schimbă, parcurgînd un proces de metamorfoză socială), despre momentul în care trebuie pornită această «școlire» paternală și chiar despre ceea ce apropie și deosebește între ele instinctul matern de cel patern (contestat nu o dată). Primul nostru interlocutor, dr. Victoria Gheorgheci, director adjunct al Spitalului clinic de copii — Cluj-Napoca, specializată în probleme de ginecologie a fetițelor și tinerelor fete; și conducînd o interesantă activitate de informare și pregătire a tinerilor ca viitori părinți, ne împărtășește rodul unei bogate experiențe:

„Instinctul matern este — și cred că așa se și cuvine să fie — mai intens și mai persistent ca cel patern: să nu uităm de lunga perioadă a «coabitării» mamei cu copilul, de efortul nașterii, de cel al alăptării. Instinctul matern ține de natură, cel patern de cultură — spun specialiștii: iată de ce acest instinct patern (căruia unii tați tineri binevoitori îi remarcă cu dezolare absența în primele zile

ale vieții sugarului) poate fi magistral modelat prin procesul educațional, prin creșterea responsabilității sale social-morale, ca membru de familie. Noțiunea de tată o văd în lumina în care văd relația generală dintre cele două sexe — în muncă, pe stradă, în familie: aceea de colaborare, de stimă reciprocă, de întrajutorare, de completare a structurilor constituționale ale femeii. Relația mamă-tată e un tot unitar fără de care nu se poate dezvolta armonios un urmaș. Odinioară, tatăl era «capul» atotputernic al familiei, indiferent de meritele lui, tatăl de astăzi a devenit un colaborator egal al soției, dezvoltîndu-și însușiri nebănuite înainte — prin reutilizarea lor. E fals că bărbații sînt mai nepricepuți în îngrijirile necesitate de copii, tații tineri se dovedesc adesea mai siguri în mișcări ca mamele, iar asta nu înseamnă deloc că îndepărtăm mama de pruncul ei, ci doar că apropiem tatăl de îngrijirea nemijlocită a copilului. În felul acesta, și el se perfecționează, se umanizează, devine mai înțelegător față de soție, mai afectuos față de vlăstarul tînăr. Dar toată această modelare a instinctului patern mi se pare foarte necesar a fi pregătită prin educarea timpurie și perseverentă a băieților în respectul față de femeie, pentru rolul ei complex, nu lipsit de pericol și chin, în generarea urmașilor, în aducerea lor pe lume, în creșterea lor. Și dacă vorbim despre conceptul de egalitate între bărbat și femeie, s-o pornim din familie: aceasta înseamnă că fiecare mamă trebuie să-și educe de mic băiatul în spiritul acestei egalități, al acestui respect față de femeie, al răspunderilor sale de soț și tată în familie. Cu aceasta trebuie să înceapă și să sfîrșească o «școală a taților»: gesturile practice, concrete, vin pe urmă, ca o rezultantă firească".

Dr. Alexandru Dan: *«E tîrzie învățarea meseriei de tată atunci cînd aștepți un copil».*

Profesînd, inițial, meseria de învățător, fapt care l-a apropiat mult de psihologia copilului și de setea lui de cunoaștere, medicul principal școlar Alexandru Dan își continuă, într-un fel, prima vocație, desfășurînd de aproape 10 ani o sîrguincioasă și inspirată activitate de informare asemănătoare celei inițiate de dr. Victoria Gheorgheci, ocupîndu-se însă în mod special de pregătirea băieților pentru meseria de părinte. Pregătire care începe simultan în două direcții: pe de o parte, cu deprinderea unui cuantum de cunoștințe sanitare despre tînăr însuși, despre funcțiile sale de reproducere și comportamentul sexual; pe de altă parte, cu cultivarea respectului și stimei față de femeie cu mult înainte de a avea calitatea de soț. E tîrziu — socotește dr. Alexandru Dan — să-l integrezi pe tînăr în profesia de tată atunci cînd își așteaptă copilul, ea trebuie deprinsă odată cu celelalte îndeletniciri majore ale vieții — meseria, idealurile — la vîrsta adolescenței, cînd băieții se pot afla, în lipsa unei educații științifice, serioase, demne, în posesia unui volum informațional neprelucrat, adesea eronat, exagerat, venit, cum se spune, prin căile nesănătoase ale străzii. Cel puțin o dată pe lună — precizează dr. Alexandru Dan — am întîlniri cu băieții din clasele VIII-XII unde, pe baza unei tematici bine gîndite (și, de multe ori, pe baza întrebărilor puse, prin bilete nesemnate, de către înșiși elevii), se discută matur nu numai despre anatomie, despre igiena sexualității, ci și despre comportamentul moral, despre răspunderea familială și socială a viitorilor tați. Prelegerile sînt însoțite de proiecții și nu numai din manualele de anatomie, ci din istoria artei, de lucrări care celebrează feminitatea și inspiră admirație și sentimente gingașe față de universul feminin, față de maternitate, față de simțămintele paterne. Ideea că a îndeplini treburi domestice, de familie nu este nicidecum o îndeletnicire nepotrivită și nedemnă pentru un bărbat însoțește în permanență explicarea psihicului și a fiziologiei feminine, ecou puternic în conștiința adolescentului. Necesitatea umanizării, a dirijării și dominării instinctului sexual trebuie să fie înțeleasă și în sensul înaltelor obligații moral-sociale ale tatălui, cel care aduce în familie autoritatea, cadrul spiritual și trebuie să fie un model pentru viitorul său fiu.

Dr. Emil Florea: *De la «școala bunicilor» la cea a taților.*

«Școala bunicilor» — cei pe care medicul îi găsește foarte adesea lîngă copilul bolnav, atunci cînd părinții sînt prinși în obligațiile profesionale — a început prin 1970, cu 15 «școlari pensionari». S-a ajuns curînd la aproape 500 de cursanți — ne istorisește inimosul medic pediatru —, grupați în clase cu diriginți, examene, cataloage, profesori. Cursuri de îngrijire a copiilor, dar și de medicină a vîrstelor senectuții. Puericultură, dar și educația morală. Copii-problemă, dar și copii care trebuie feriți de «probleme». Cum să dai un prim ajutor medical celor mici, dar și cum să rezolvi conflictele dintre generații. Cum să întreții igiena locuinței, dar și pe cea a vieții familiale. «Școlile» au prins și au proliferat în cartierele Iris, Dîmbul Rotund, Parcul Feroviarilor, Grigorescu. După un an de funcționare, s-a încercat o testare a eficienței cursurilor: sănătatea copiilor, igiena locuințelor etc. Rezultatele au fost evidente. De aici s-a trecut la «școala taților», cu o durată de șase luni și cursuri săptămînale: unele organizate chiar în întreprinderi, la «Libertatea» de pildă (unde a participat chiar și secretarul comitetului de partid Gh. Apostiu). Excelente idei, excelente inițiative, care s-au pierdut, totuși, de la o vreme, pe drum. Păcat. Și, totuși, unele ecouri persistă încă: la concursul «Noi, părinții, și regimul de viață al copilului pînă la 6 ani» (organizat de U.J.C.M.-Cluj-Napoca în colaborare cu multe foruri de resort) am putut asculta, printre cele circa 80 de mame participante, și 5—6 tați care, ce e drept, s-au prezentat admirabil. De la dr. Emil Florea se așteaptă în continuare idei și inițiative interesante. Și, neapărat, perseverență și colaborare.

AU CUVÎNTUL TAȚII!

IOAN POP, *34 ani, distribuitor la C.F.R. Cluj-Napoca*, căsătorit de 8 ani, trei copii — între 3 și 7 ani (soția, Lucreția, 28 ani, tricoteră la «Someșul»): «Nu se poate, omenește vorbind, ca atunci cînd ai trei copii, din care doi gemeni, mici, iar soția lucrează, să nu împarți cu dînsa grijile creșterii copiilor. Toate: de la baia pe care o facem împreună celor mici, pînă la spălarea scutecelor. Nu văd nimic rușinos pentru un bărbat în treaba asta: cred că rușinos

ar fi să-ți lași soția, slăbită după naștere, să se lupte singură cu toate grijile. Noaptea eu mă trezeam și mă ocupam de copil cînd plîngeau. Dar ai și mari satisfacții cînd vezi că cei mici sînt atît de legați de tine, chiar dacă îți știu de cuvînt, aș zice chiar și de frică. Fără autoritatea tatălui cred că nu pot fi bine struniți și educați copiii: de aceea nu-i pot înțelege pe tații care absentează de la răspunderile lor părintești».

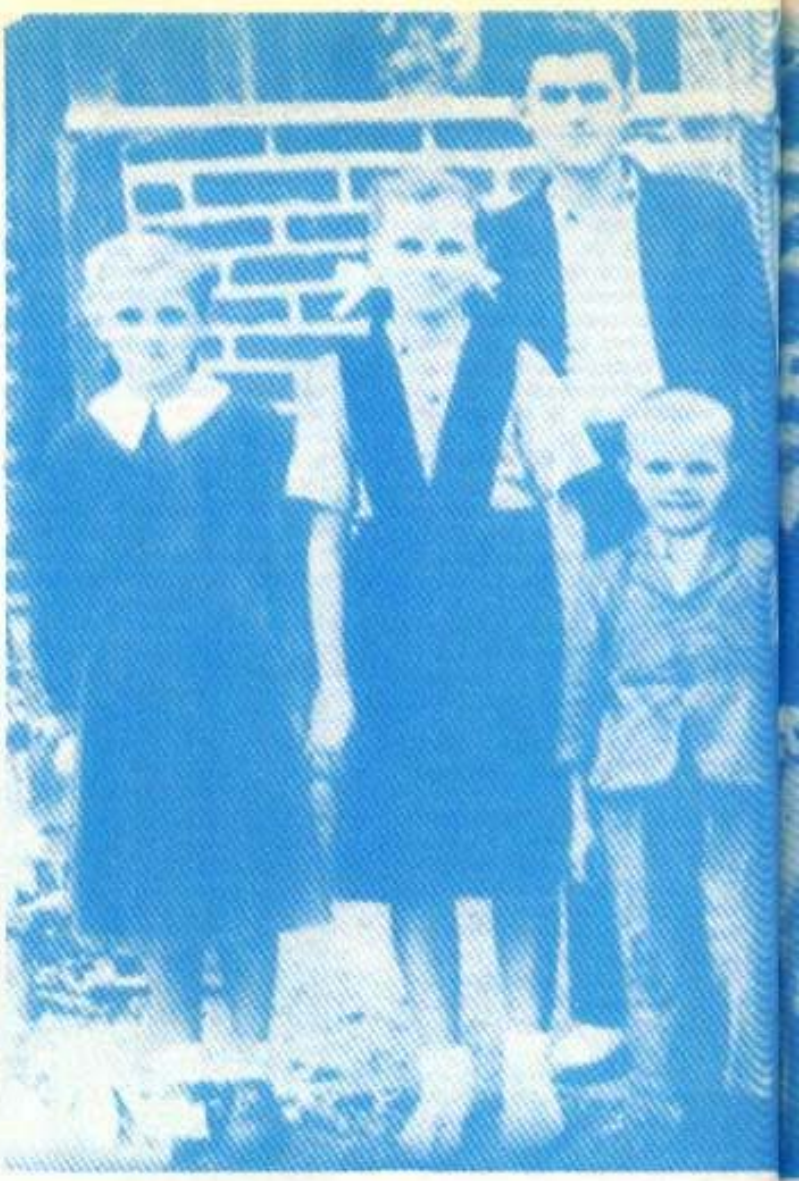
KOVÁCS GYÖRGY, *30 ani, tehnician la Întreprinderea metalurgică «Unirea»*, căsătorit de 5 ani, doi copii — de 5 luni și 3 ani (soția, Iuliana, 29 ani, calculatoare la «Clujana»): «Sigur că meseria de tată se învață, uneori cam greu, dar se învață. Eram în armată cînd s-a născut primul copil, țin minte că citeam acolo seara tot felul de cărți de puericultură, rideau băieții de mine, dar cînd am sosit acasă și am pus prima dată mîna pe fetiță, m-am speriat: mi se părea atît de fragedă, de crudă, că nu-mi venea să o strîng cu mîinile mele mari. Dar să știți că mîinile astea mari de bărbat pot face și treburile cele mai delicate, cînd tatăl își iubește copiii și soția și e pătruns de responsabilitatea lui».

ȘTEFAN POPESCU, *45 ani, solist la Opera Română din Cluj-Napoca*, doi copii — între 2 și 7 ani (soția, Elisabeta, 39 ani, lucrătoare la Consiliul popular municipal): „Noi am fost 11 copii acasă, 6 băieți și 5 fete, soția a avut și ea încă 6 frați, ne-am crescut unii pe alții, așa că aveam amîndoi exercițiul îngrijirii copiilor și totodată cultul familiei mari, cu mulți prunci. Știu că ar putea părea unora neverosimil ca interpretul contelui Almaviva din «Bărbierul din Sevilla» sau al lui Gérald din «Lakmée» să-și hrănească copilul cu biberonul și să-i schimbe scutecele, dar eu am făcut-o cu pasiune, chiar dacă nervos uneori. Programul meu îmi permitea mai mult decît soției să-mi îngrijesc copiii pe parcursul zilei, așa că eu îi culcam, îi hrăneam, îi scoteam la plimbare. Primul cuvînt pe care l-a rostit fetița a fost «tata», nu mama, oh, nu, soția nu e geloasă pe afecțiunea copiilor, dimpotrivă. Dacă le cînt copiilor? Uneori, cîte un cîntec de leagăn. Băiețelul nostru, Leonard, de 7 ani, mi-a spus odată, cînd făceam acasă niște vocalize: «Tată, nu mai cînta așa că mă faci nervos». În fața unui critic atît de necruțător, ce puteai face decît să taci?".

VASILE DONOGAN, *35 ani, planificator la «Tehnofrig»*, căsătorit de 11 ani, trei copii, de 6, 8 și 10 ani (soția, Susana, 29 ani, muncitoare la «Arta jucăriilor»): „Practicînd — cum vedeți — din plin și intens meseria de tată, am aflat cel puțin cîteva lucruri esențiale: cel mai «periculos» — ca să zic așa — pentru mentalitatea părinților și putința lor de a greși e primul copil: îl consideri «buricul pămîntului», tremuri la primul lui guturai și la primele lui crampe, îl răsfeți peste poate. Cînd vin și ceilalți copii, se realizează un echilibru în familie, între părinți și copii, între copiii înșiși: cred că un tată bine «școlit» trebuie să învețe să nu facă deosebire între copii, să aibă o atitudine egală — și identică cu a mamei — să nu le promită ceva, iar apoi să nu se țină de cuvînt. Copilul este realmente oglinda părinților: spune-mi cum sînt copiii și-am să-ți spun cum sînt părinții, e un adevăr de multe ori — chiar dacă nu întotdeauna — valabil. O viață de familie fără copii mi se pare o viață pustie, săracă, inutilă."

S.F. DIMA

«...ȘI-ȚI SPUI CĂ N-AI TRĂIT DEGEABA PE PĂMÎNTUL ĂSTA !»



„Apăi dacă vroiți așe tare poza asta, eu v-oi da-o, stați numa o țîră să iau tabloul jos de pe părete, că-l țiu aici, la răsărit, ca pe-o icoană, dar nu vă fie cu supărare, după ce-o dați la revistă, puneți-o frumos în plic, lipiți timbru pe el și scriți: lui Maria Berar sau pe numele bărbatului, Ilie Berar, nu contează care, — nu spuneți dv. la ziar că azi îi tot una bărbatul cu femeia lui? — și dedesubt scriți comuna Viișoara și strada Codici 1232, dar dacă nu țineți minte strada, nu-i bai, că toți de pe-aici știu de neamul Berarilor, sîntem vreo opt familii Berar în sat, dar de-alde Ilie-i numai unul, zici Ilie Berar și-ți spun toți: «aha, ăl cu șase feciori și șase fiice care lucrează cu nurori și gineri cu tot la sîrmă la Cîmpia Turzii», că ne-a dat și la televizor și m-a luat pe mine un tovarăș la întrebări și mă tot poza aparatul ăl de țîrîia, ca pe-o mireasă mă poza, de mi-era și rușine mie, femeie bătrînă, dar cînd mi-o zîs să vorbesc de copii și de nepoți, mi-o pierit rușinea, că și noaptea de mă scoli din somn eu tot cu numele vreunuia din ei în minte mă trezesc, și-acum doară s-o-nmulțit, sănătoși să-mi fie, că am și douăzeci și patru de nepoți, și cînd nu pot dormi noaptea, c-așa-i la bătrînețe, îți pier dinții din gură și somnul de pe ochi, atunci stau așa și suflu încet, să nu mă simtă moșu meu că nu dorm, mă uit cu ochii în tavan și-i socotesc în gînd, și mă rog de sănătatea lor, și mi-i spun pe nume, mai un fecior, mai o fiică, mai un nepot, și cînd îi isprăvesc, m-o luat și somnul, de-mi zice dimineața bătrînu: «ce-ai visat frumos, dragă, ast'noapte, că zîmbeai în somn», «ce să visez, dragă, — rîd eu — visez că schimb scutecele la unul și-i pun mîncare în straiță pentru fabrică la altul», c-asta am făcut, tovarășă, de 50 de ani încoa, oameni pentru lume am făcut, și ce să vă zic, sînt bucuroasă că oameni au ieșit, că la noi în casă n-o fost sfădere între copii, că n-a întors nici unul vorba la bătrîni, că n-am avut nici un copil beteag la spital, și nici unul închis la închisoare: asta mi-i mîndria. Eu, aici, în casa asta de țară, mi-am dus toată viața, aici i-am născut pe toți, pe ăl mic, Remus, «ăi de babă» — cum îi zic eu cînd îl răsfăț, că-i încă acasă și ne-nsurat —, pe Remus l-am adus pe lume cînd bătusem pe muche 45 de ani și fecioru ăl mare, Ilie, de-i azi colonel, era la școala de ofițeri, dar după ce l-am născut pe ăst mic, am zis: gata, leleo Mărie, acu scoți leagănul din casă, că de-ajuns l-ai ținut în tavan 22 de ani și l-ai tot legănat într-una, acu casa ta n-o mai fi, Mărio, creșă, acu o faci casă de nunți. Și de nunți am făcut-o. Că toți zece care-i am acum la casele lor aici s-au nunțit, aici, în odăile astea în care dormeau cîte cinci într-un pat, de chica unul jos, nu știai care-i, și-mi făceau toți deodată oreionul și nu știam pe care să-l grijesc mai întîi, că dacă stau să mă gîndesc bine, eu nu dorm acum, la bătrînețe, că m-am învățat așa din tinerețe, trei-patru ceasuri pe noapte și scoală-te, Mărie, și treci la plită, Mărie, gătește picioci cu carne și gătește zupă în oale de cîte 10 kile, și în cîte-o zi gătește plăcintă subțire, cum

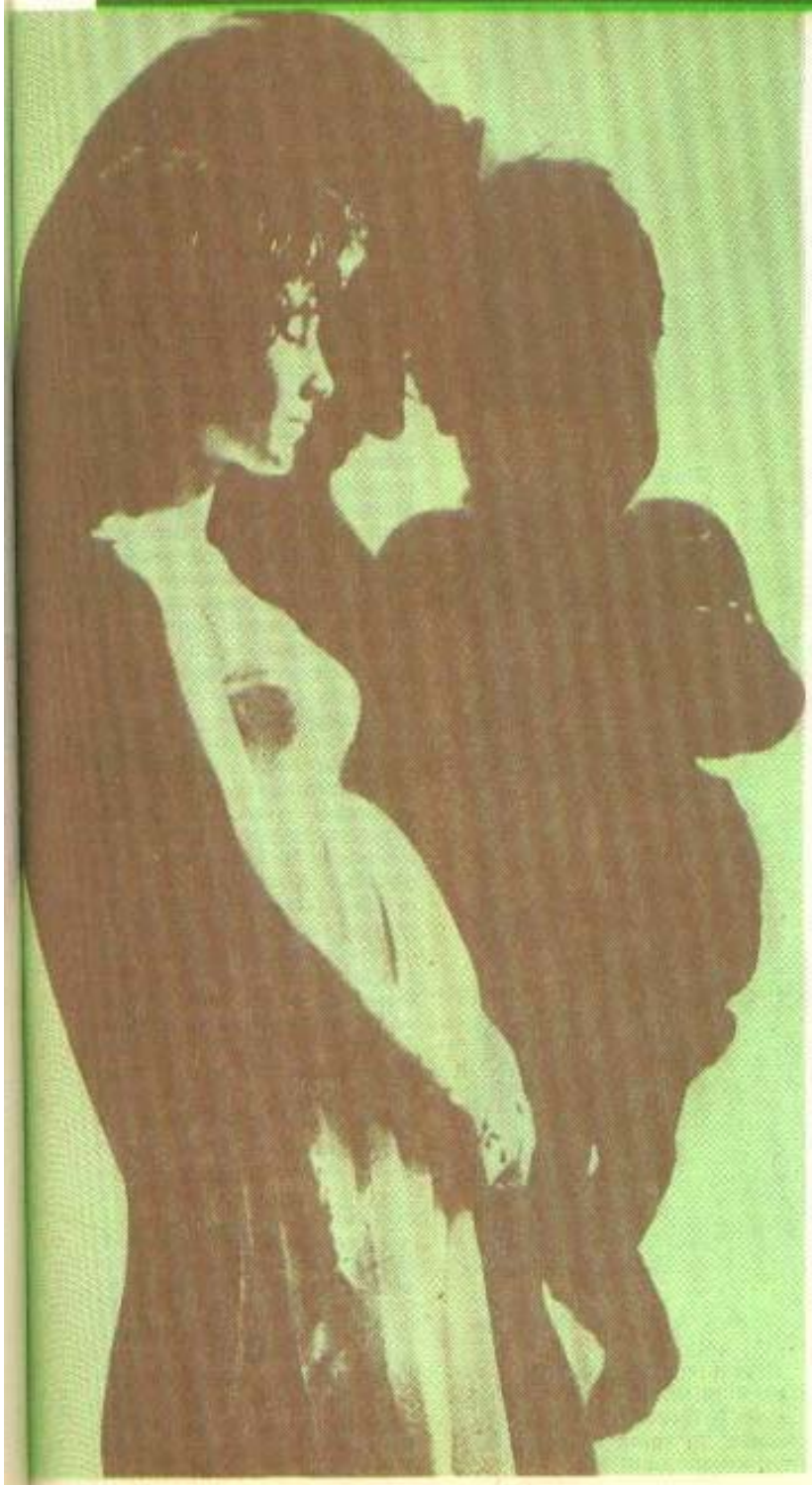
ie place la ăi mici, că nu i-am lăsat niciodată neprînziți bine pe-ai mei. În tinerețe, cînd bătrînu lucra la sîrmă cîte 10-12 ceasuri pe zi și nu mă lăsa inima să stea ei acolo toată ziua doar cu slana și pita de dimineața, o porneam la amiaz pe jos la uzină, la sîrmă, și-i duceam acolo de prînzit, da ce, moșu meu n-o mers și el 40 de ani pe jos la Cîmpia Turzii și numai cu puțin înainte de penzie — că el e acum în penzie, din 1963 — și-a luat și el bicicletă, ca junii, și dădea cu picioarele să-i mai piară artroza...

...Dar vă rog pe dumneavoastră personal, tovarășă, aveți grijă cum umblați cu poza de v-am dat-o: în 1950 e făcută, n-am alta cu toți feciorii laolaltă, și uitați-o cum arată, zbîrcită toată și-ngălbenită de cît am ținut-o eu în mînă și-am privit-o, că luam tablăul de pe perete și scoteam fotografia de după sticlă și mă tot uitam pe rînd la fiecare copil în parte. Asta o fac de cînd s-o golit casa de copii și-am rămas singură-n ea, să-i aștept pe bătrîn să-mi vină de la uzină, sau de la vie, c-acu, de cînd e în penzie, tot la hotar, la grădină lucrează, n-aude el bine, dar în restu-i sănătos și tot la muncă trage. Știți dv. cum sună a gol o casă în care au crescut doisprezece copii, și s-au zbenghinit, și au rîs, și au mai urlat, și s-au hîrjonit și din care a început, încet, încet, să nu se mai audă decît o voce de moș și o voce de babă? Dar eu îmi zic, cîteodată, mie îmi zic: Mărie, tu nu le mai auzi, dar în cărămidă, în zid, acolo s-au păstrat vocile copiilor, n-au pierit, nu se poate, că de-aia mi-i dragă mie casa asta a noastră, o simt ca vie, nu rîdeți de mine. Aici, în poză, casa e ca la-nceput, avea două odăi din lemn bulgărit cu năglag și o zugrăvisem așa ca să pară din cărămidă, nici nu mai zici că-i aceeași casă cu cea de azi, cu cinci odăi și afară jug de vie și jug de trandafiri — vă plac trandafirii ăștia roșii? —, eu îi grijesc ca pe ochii din cap... Să vă zic ceva, așa ca pe o taină a mea, care nu-i de fapt, taină: cînd o ieșit Ilie al meu la penzie, un tovarăș de la ziar o scris că bărbatu-miu a trefilat — așa se zice la sîrmă cînd o faci, c-o trefilezi — în 40 de ani atîta sîrmă c-ar putea să încingă liniștit mijlocul pămîntului de 15 ori. Dar eu, în capul meu, vedeam altceva, vedeam cum bătrînu i-a tras încet, parcă legați de-un fir de sîrmă, pe toți copiii noștri la uzină, c-o mers întîi Mihai laminorist la laminorul I, și pe urmă Ion laminorist la laminorul II, și apoi Alexandru de s-a făcut din strungar inginer tot la laminor, și Maria muncitoare la electrozi, și Cornelia la ca-

bluri, și Justin la bare trase, și Remus tot la laminor și mi-au mers pe urmă și patru gineri în uzină — unu-i otelar, altul trăgător, altul lăcătuș, și... dar ce să vă plictisesc cu atîtea meserii, eu voiam doar să vă zic că în mintea mea eu vedeam așa: că sîntem două mame pentru neamul Berarilor, una-i uzina, de care feciorii mei îs legați prin sîrma aia lungă și subțire de-o trefilat-o viață bărbatu-miu și ei, feciorii, și n-am fost geloasă pe mama asta, pe uzină, c-acolo s-au făcut ei oameni întregi și comuniști, or învățat ei și de-acasă ce-nseamnă munca, dar practic — cum zice Ilie a'meu — acolo au învățat, la uzină; însă mamă dintîi tot eu sînt și eu rămîn, și eu i-am legat de casă tot printr-un fel de fir subțire, dar pe ăla i-am tors eu din inimă, din simțirea mea de mamă, și cu ăla i-am învăluit și i-am legat de casă, de casa asta bătrînă din Vîlșoara, și cînd îl torceam parcă-l meneam în gînd și-i ziceam: «ține-mi copiii toți pe lîngă casă, pe lîngă mine și de-aide bătrînu, ține-mi-i sănătoși, să văd eu cum crește și se-nmulțește neamul Berarilor...» Și-așa s-a-mplinit, tovarășă dragă, mi-s aproape toți feciorii și fiicele în jur, cinci stau aici în Vîlșoara, și-au ridicat casele lor, cinci la o aruncătură de băț, la Cîmpia Turzii, și doar pe Ileana — aia de mi-a dăruit patru nepoți — o am la Cojocna, și pe Ilie, colonelul, la Luna, da-s tot aproape și dau mereu fuga pe la noi, să ne vază, să ne-aducă ceva haină, că altceva nu vrem, n-avem nevoie nici de haină de la ei, dar e plăcerea lor... Da, maică, sînt o mamă fericită, de nu era gripa aceea spaniolă de-am luat-o cînd eram tînără, 56 de ani aveam, și mi-a urcat tensiunea că nu mai pun gura pe slană și dulce, eram și azi, la 72 de ani, ca domnișoarele... Ei, dar dacă tot v-am spus multe și mărunte, nu pot s-ascund c-am și eu un colț de inimă fript și care mă arde și azi, deși-i mult de-atunci: mi-o murit și mie un fecior, era al cincilea, că eu întîi mi-am făcut norma la băieți: șapte am născut și abia pe urmă am trecut la fete. Mi-o murit băiatul de mic, dar eu nu-l pot uita, și lăcrămez mereu cînd mă gîndesc la el, că n-am mai scos de-atunci basmaua neagră din cap, și cînd mă uit în poza asta și nu-l văd, mă doare la suflet, și-i zic în gînd: «de ce n-ai avut tu zile să trăiești, băiatu mamei, să fii și tu mîndria noastră». Avea ochi albaștri ca mine, că noi așa ne-am împărțit, șase copii trag în partea mea, șase-s mai bruneți, seamănă la înfățișare cu tatăl lor, dar la fire parcă toți vin spre bătrîn, mai blînzi, mai fără asprime la felul de-a fi, mai liniștiți. Eu îs mai aprigă la vrere, mai severă — vă spun adevărul, în casă mai mult de frica mea au știut copiii decît de-a lui bătrînu, dar nu i-am bătut niciodată, că nici n-apucam: mi-o zbugheau drăcușorii din mînă cînd simțeau primejdia și mai prinde-i prin fundul grădinei, dacă poți... Ei, frumoasă-i viața cînd îs mulți copii la casa omului, cînd ai cu ce să-i hrănești și să-i crești frumos, și poți să scoți oameni de omenie din ei. Lași și tu o urmă pe lume și-ți spui că n-ai trăit degeaba pe pămîntul ăsta...»

SANDA FAUR

PENTRU O DEPLINĂ SĂNĂTATE A URMAȘILOR



de acad.
ȘTEFAN MILCU

*

Calitatea biologică a nou-născuților

•

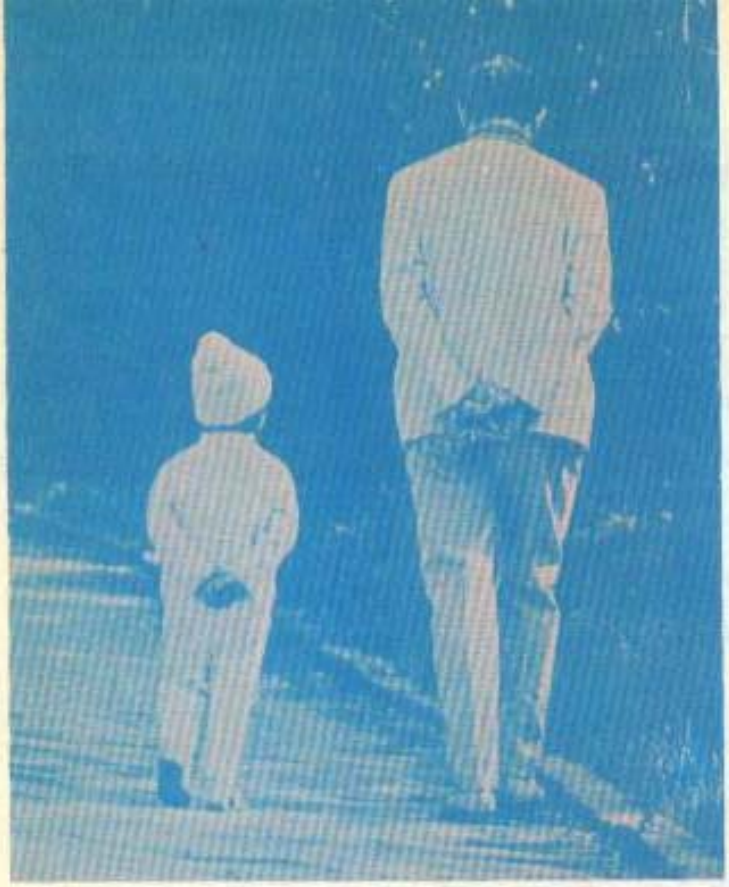
Necesitatea profilaxiei malformațiilor și tulburărilor genetice.

•

Sfatul genetic în slujba asigurării viabilității descendenților.

Este evident că în politica demografică deplina sănătate a nou-născuților constituie un obiectiv important prin numeroasele ei implicații umane, medicale și sociale. Un copil eutrofic, normal conformat, nepurtător al unei boli ereditare constituie aspirația și bucuria părinților.

Dar această calitate biologică poate fi amenințată de numeroși agresori și condiții defavorabile încă din primele etape ale fecundității. S-a constatat astfel că numai 30 la sută din ovulele fecundate se vor dezvolta normal, restul de 70 la sută vor dispărea



treptat înainte de implantare sau în următoarele două luni, avînd drept rezultat ceea ce s-a numit avortul genetic.

Această riguroasă selecție are totuși «scăpări», pentru că și embrioni anormali se dezvoltă uneori și astfel vom avea nou-născuți malformați sau purtători de boli metabolice. Cu variații, în legătură cu populații diferite și pentru malformații diferite, se depistează, în medie, un procent de 2 la sută de nou-născuți purtători ai unei anomalii genetice.

Ne putem întreba căror factori și condiții se datorește această patologie genetică capabilă să influențeze calitatea descendenților.

Genetica modernă ne arată că în apariția tulburărilor genetice intervin: modificarea numărului cromozomilor, a cariotipului, alterarea structurii cromozomilor, pierderea unor gene care codează enzime necesare metabolismelor și modificărilor biochimice în structura genelor. Toate aceste modificări apar ca urmare a unor anomalii cromozomiale și a mutațiilor. Mutațiile sînt produse sub acțiunea a numeroși agenți mutageni: chimici, infecțioși, fizici și metabolici materni[1].

Printre agenții infecțioși, virusurile ocupă primul loc, și printre acestea virusul rubeolei. S-a constatat astfel că în epidemiile de rubeolă, dintre femeile ce au făcut boala în timpul sarcinii, 35 la sută vor avorta, iar 20 la sută vor naște un copil malformat. Cu cît viroza a fost mai apropiată de momentul fecundației, cu atît consecințele sînt mai grave. Astfel, 50 la sută dintre gravidele care au suferit de rubeolă în prima lună au un copil anormal, purtător de malformații cardiace, leziuni cerebrale, anencefalie ș.a., dar procentul scade la 6—10 la sută în luna a treia.

Din familia virusurilor mutagene fac parte herpesul, varicela, parotidia epidemică ș.a.

Printre factorii fizici, radiațiile ionizante sînt cunoscute de multă vreme prin rolul lor necrobiotic și teratogen.

Bolile endocrino-metabolice ale mamei — diabetul și hipotiroidismul — au fost incriminate în nașterea unor copii malformați.

Vîrsta înaintată a părinților crește frecvența malformațiilor. Într-un lot de 142 000 de nou-născuți incidența malformațiilor a fost de 0,59 la sută la copiii ale căror mame aveau mai puțin de 25 de ani și 1,72 la sută la copiii ale căror mame au depășit 40 de ani.

Riscul vîrstei înaintate apare și la bărbat, ținînd seama de numărul mai mare de mutații în spermatogeneză, care crește cu vîrsta.

Dacă purtătorul unei anomalii cromozomiale sau genetice este fertil, el o transmite după modul dominant sau recesiv, de unde obligația investigării familiei purtătoare de malformații sau de tulburări genetice.

Din cele arătate rezultă necesitatea profilaxiei malformațiilor și tulburărilor genetice, care amenință viabilitatea și calitatea descendenților, operație care începe înainte de căsătorie și se continuă în toată perioada de reproducere. Genetica medicală modernă ne oferă mijloacele necesare pentru a face un diagnostic în condiții optime, ceea ce implică existența unui laborator de genetică și a geneticienilor, ca și a laboratoarelor anexe de imunologie, hormonologie și biochimie.

Dacă aceste condiții sînt îndeplinite, se poate realiza sfatul genetic și stabili riscul genetic al unui cuplu, care aparține unei familii purtătoare de boli ereditare, ce a avut un copil malformat neviabil sau viabil. Nu trebuie eliminat dintre aceste eventualități și avortul din primele trei luni ale sarcinii, care este, în majoritatea cazurilor, datorat unei malformații a embrionului.

Recenta monografie consacrată sfaturilor genetice[2] ajută pe orice medic în formularea unei indicații, în conformitate cu regulile ce trebuie respectate în asemenea cazuri[2].

Reiese deci cu evidență rolul hotărîtor ce-l are normalitatea codului genetic și a substratului său celular și molecular în asigurarea normalității descendenților.

Dacă adăugăm și intervenția factorilor și condițiilor de mediu ale femeii gravide, a stării ei de nutriție, putem conchide că un copil normal conformat și integru metabolic este un obiectiv ce trebuie obținut printr-un ansamblu de măsuri profilactice de ordin familial, medical și social.

1- Mutația se realizează prin alterarea accidentală a mesajului genetic transmis la descendenți, urmată de apariția la noua generație a unei configurații genetice și eventual fenotipice anormale. (Milcu St. — M. Maximilian C.: «Introducere în genetică», Ed. științifică, 1966, p. 163).

2- Maximilian C., D. Duca-Marinescu: «Sfaturi genetice», *Scrisul Românesc*, Craiova 1977.

CUM ÎI PUTEM AJUTA PE COPIII NOȘTRI SĂ-ȘI ALEAGĂ ȘCOALA ȘI PROFESIUNEA?

Direct sau indirect, familia influențează mai mult decît școala alegerea profesiunii de către tineri. Aceasta sporește răspunderea familiei, pentru că dacă influența ei este mare, trebuie să fie și pozitivă. Influența negativă — bineînțeles, neintenționată — dăunează tuturor: copiilor, părinților, societății. De buna alegere a școlii și a profesiunii nu depind numai fericirea copiilor și propria fericire a părinților, ci și interesele societății.

Dealtfel, în alegerea școlii și — indirect și implicit — a profesiunii se urmărește întotdeauna: acordul între posibilitățile lor și calitățile cerute de școala sau profesiunea aleasă.

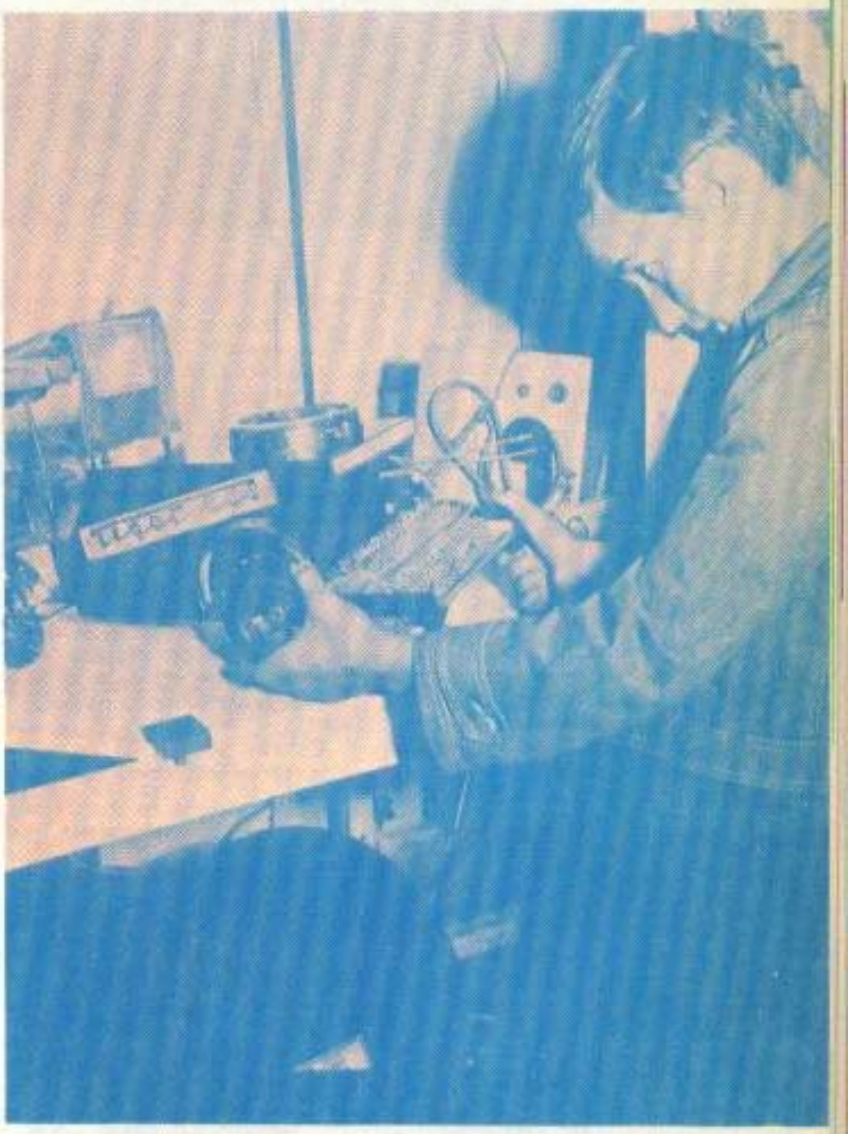
PRINCIPALUL BENEFICIAR

Adesea părinții comit — cu cele mai bune intenții la adresa copiilor — greșeli care nu pot fi reparate întotdeauna de școală. Greșeli prin neamestec (socotind că orientarea tînărului este o sarcină exclusivă a școlii) sau, cel mai adesea, greșeli prin intervenția exagerată: obligîndu-l să facă o alegere care nu i se potrivește sau oprindu-l de la o anumită alegere indicată de școală. În felul acesta, ei uită că tînărul — principalul beneficiar al orientării — are dreptul firesc de opțiune. Ceea ce nu înseamnă că el trebuie lăsat singur, fără ajutor, în fața opțiunii; orice tînăr trebuie ajutat de părinți și de profesori să se orienteze în direcția în care poate da cel mai mare randament, dar nimeni nu are dreptul să facă alegerea în locul lui. În ultimă instanță, cel care alege este copilul (tînărul) însuși.

AJUTOR, DAR CUM?

Cu siguranță, vă întrebați cum îi puteți ajuta pe copiii dv. la alegerea școlii și a profesiunii?

În primul rînd, *încercînd să-i cunoașteți obiectiv și ajutîndu-i să se cunoască ei înșiși într-o lumină reală.* Cunoașterea obiectivă a particularităților fizice și psihice ale copiilor constituie obiectivul numărul 1, condiția principală a unei bune orientări școlare și profesionale. Subiectivismul cunoașterii și aprecierii copiilor — întîlnit la *mulți* părinți (deoarece dragostea găsește calități și acolo unde nu există) — dă naștere adesea la orientări greșite și la eșecuri în școală sau profesiune.



Ca să vă cunoașteți copilul, este foarte important să observați cu atenție: la ce obiecte învață mai ușor și cu

mai mult interes și la care întîmpină dificultăți; care sînt cauzele succesului sau insuccesului la învățătură; dacă arată interes și îndemînare pentru treburile practice; ce-i place mai mult să facă în timpul liber (lectură, sport, spectacole, activități tehnice sau artistice etc.); cum se comportă copilul acasă: este calm sau nervos, ascultător sau neascultător, îndrăzneț sau timid, ordonat sau dezordonat, independent sau influențabil, izolat sau sociabil, cu voință puternică sau slabă, harnic sau leneș, sensibil sau indiferent la mustrări etc.; care este cercul lui de prieteni și ce influență are cercul asupra lui; cine din familie are o influență mai mare asupra lui și prin ce mijloace reușește să-i influențeze etc.

Nu-i suficient să-i cunoaștem pe copii — dumneavoastră, părinții, și noi, profesorii —, ci trebuie *să-i ajutăm să se cunoască ei*, așa cum sînt în realitate (nu numai cum ar dori să fie). Altfel, sfaturile noastre li se vor părea nejustificate și nu-i mai putem influența. Mai mult decît atît, în cazul unor păreri deosebite despre calitățile și defectele copiilor, riscăm să intrăm în conflict cu ei și să le creăm sentimentul nedreptății.

Ca să-i ajutăm să se cunoască obiectiv, nu trebuie să-i înșelăm cu laude nemeritate, ci trebuie să le spunem (cu mult tact) adevărul, stimulîndu-i să-și compare mereu propria părere despre dînșii cu rezultatele activității proprii și cu părerile celorlalți.

ORIENTAREA PRESUPUNE ȘI O BUNĂ INFORMARE

Multe greșeli de orientare se fac din lipsă de informații. În general, tinerii nu au suficiente date despre specificul muncii și calitățile cerute în diferite școli și profesiuni. S-ar putea să nu le cunoașteți nici dumneavoastră.

Dar *îi puteți ajuta pe copii (tineri) să se documenteze în legătură cu școlile și profesiunile vizate*, procurîndu-le materiale de informare de la librării (broșurile pentru admitere în liceu sau învățămîntul superior, monografii profesionale etc.) și informații de la școli, întreprinderi sau specialiștii pe care îi cunoașteți. Apelați la diriginte și la profesorii școlii. Ei vă pot ajuta să obțineți informațiile necesare despre tipurile și profilurile liceelor, în care pot intra absolvenții gimnaziului, despre formele de calificare profesională organizate la sfîrșitul treptei I sau a II-a a liceului.

Important este să le prezentați școlile și profesiunile cu obiectivitate, fără să le «poleiți» atrăgător, dar și fără să le exagerați dificultățile.

ALEGEREA PROFESIUNII, UN ACT DE RESPONSABILITATE SOCIALĂ

Căutați să-i obișnuiți pe copii — și, mai întîi, obișnuiți-vă dumneavoastră — cu gîndul că, în alegerea profesiunii, mai important este *ce se cere* (de către societate), decît *ce-ți place* la un moment dat. Preferințele tinerilor se schimbă, interesele se formează, aptitudinile se educă, dar nevoile sociale sînt obiective și hotărîtoare.

Și încă ceva: nu uitați că marea majoritate a profesiunilor pot fi însușite și exercitate de orice om normal din punct de vedere fizic și psihic, întrucît nu cer numaidecît «aptitudini speciale».

De pildă, ca să devii electrician, strungar, țesătoare, miner, mecanic agricol sau inginer (de orice specialitate) sînt suficiente calitățile generale întîlnite la toți oamenii normali (sănătate fizică, inteligență, echilibru emotiv etc.), dacă sînt dublate de un interes deosebit pentru profesiune, dragoste de muncă și dorința de a reuși. De aici, înțelegeți cît de important este să-i obișnuiți pe copii, încă de mici, să muncească și să prețuiască munca. Mai bine reușește în profesiune un tînăr harnic și pasionat de munca lui decît unul care are mai multe aptitudini pentru meseria aleasă, dar nu și le pune în valoare printr-o muncă perseverentă.

De aceea, ajutați-i pe copii să-și cultive interesele și aptitudinile, stimulîndu-i să activeze în cercuri, să frecventeze biblioteci, să execute diferite lucrări acasă, să colaboreze la reviste și, bineînțeles, să-și însușească temeinic cunoștințe și deprinderi practice în cadrul activităților tehnico-productive organizate de școală.

DE PE POZIȚII COMUNE

În sfîrșit, vă amintim că o bună orientare școlară și profesională a tinerilor — ca de altfel succesul întregului proces de educație — nu se poate obține decît printr-o *colaborare permanentă între familie și școală*.

Orientarea tinerilor se pregătește din timp — de fapt, ea se desfășoară de-a lungul întregii școlarizări — și nu se reduce la îndrumarea care se dă la sfîrșitul ciclului de învățămînt.

Elevii nu pot fi cunoscuți bine, în toată intimitatea personalității lor, dacă nu sînt observați permanent și din ambele direcții: din familie și din școală. Dumneavoastră, părinții, cunoașteți unele aspecte ale personalității copiilor pe care nu le cunosc profesorii; la rîndul lor, profesorii au posibilitatea să-i cunoască pe copii din alte puncte de vedere mai bine decît dumneavoastră. Dar, și unii și alții, îi cunoașteți unilateral pe copii. Numai împreună, completîndu-vă și verificîndu-vă reciproc informațiile, puteți realiza o bună cunoaștere. Și numai împreună îi puteți ajuta să se dezvolte în direcția în care pot obține cele mai bune rezultate școlare și profesionale. Orice dezacord între părinți și profesori — în privința măsurilor educative sau alegerii profesiunii — îi dezorientează pe elevi; mai mult decît atît, părinții și profesorii își pot diminua sau anula reciproc influența.

Acordul, «pozițiile comune» se realizează însă printr-o legătură continuă și apropiată cu școala — în primul rînd cu dirigintele; nu este de ajuns să veniți la școală atunci cînd apar notele proaste, sancțiunile disciplinare sau invitația directă a dirigintelui. Interesați-vă de copii, venind la școală chiar atunci cînd lucrurile, aparent, merg bine. În felul acesta puteți preveni unele eșecuri și pregăti din timp o bună orientare școlară și profesională pentru copiii dumneavoastră.

Dr. MIHAI GHIVIRIGĂ,
cercetător științific principal la Institutul de cercetări pedagogice și psihologice.

582

PSEUDODECALOG AL CONDUITEI CIVILIZATE

Anatole France își amintea de un sfat pe care-l primise de la bunica sa pe cînd marele scriitor parcurgea de-abia cei șapte ani de-acasă. Într-o zi, buna lui îi spusese că nu e frumos — și deci nici bine — să strănute în public. La întrebările repetate ale copilului, bătrîna femeie nu-i dădu nici o explicație, asigurîndu-l doar că se va convinge singur, cînd va fi mare, de rațiunea acestei interdicții. Așa a și fost. Guturăit, probabil, sau poate doar iritat de un rebel fir de praf, marele scriitor a păcătuit printr-un strănut și, după reacția celor din jurul său, a înțeles cîtă logică se afla în sfatul puțin cam ciudat al bunicii sale. Dacă n-ar fi trăit public jena pe care o poate produce un banal strănut, nereprimat la timp, probabil că sfatul bunicii ar fi fost lăsat în uitare. De cîte ori n-am fost sfătuiți spre gesturi și fapte și frumoase, și bune pe care le-am primit pe-o ureche și ne-au ieșit, în același timp, pe cealaltă? Și pînă la un punct este firesc să fie așa din moment ce experiența directă este revelatoare și memorabilă, de asemenea. Nu se spune că viața este cel mai bun profesor? Iată de ce — invitat fiind să așternpe hîrtie cîteva precepte de comportament — nu mă grăbesc să fac un decalog al interdicțiilor și nici inversul său, un decalog al comportării elegante. Nu numai că e atît de tentant gustul tabuului, al interdicției, dar e și foarte greu de a concura cu normarea contabilicească pe care o practică diferite coduri mai mult sau mai puțin elegante. De aceea doar cîteva însemnări care vă invită la tot atîtea meditații.

«TRECĂTOARE CA ȘI MODA»

Se spune «trecătoare ca și moda». Și se mai spune: «ce ți-e și cu moda asta!» Ca în orice polemică acerbă, adevărul trebuie căutat la mijlocul distanței în care se află în conflict oponenții asupra modei de azi sau a modei de mîine. Numai că și aici își vîră codița, făcătoare de atîtea și atîtea încurcături, prejudecata. Mulți tineri (și nu numai ei) înțeleg prin această modă tot ceea ce ține de «fațada» omului și — în cel mai fericit caz — cîteva dintre formele de comportare cu cei din jur. Într-un fel așa și stau lucrurile. Ne impresionează pînă la fascinație omul îngrijit, cu o ținută vestimentară elegantă, cu mersul zvelt, sportiv, cu vocea caldă și vocabularul ales cu grijă. Tot așa cum nu este bărbat să nu încerce cel puțin o undă de simpatie față de ținuta ușor excentrică a unei tinere cu o anatomie perfectă, de o distincție sportivă, și — sincer cu noi înșine — nu putem să nu recunoaștem că-i șade bine tînărului (sau tinerei) și vîrstei sale și o nuanță de excentricitate, și un vocabular mai plastic, mai colorat, căci nimic mai ostil acestei vîrste (pe care nu întîmplător o comparăm cu exploziva primăvară) decît uniforma cenușie și vorbirea depersonalizată. Au însă aceste atribute exterioare o valoare prin simpla lor prezență? Evident că nu. Adevărata lor valoare rezultă din faptul că ele reflectă un conținut propriu, de neconfundat, al unei persoane și nu al altcuiva, că ele sînt expresia fidelă a unei moralități interioare, a unei alcătuiri intime de modestie și sinceritate, de simț estetic și de bun gust, de echilibru sufletesc. Un om morocănos, necomunicativ, suspicios cu cei din jur, ne apare, de regulă, învești mîntat în straie umbrite, relația sa cu alții se consumă prin gesturi care irită, e nepoliticos chiar prin neîncrederea pe care o are în cei dimprejurul său. Omul deschis, optimist, sincer, revarsă în jurul său frumusețe de culori și de gînduri generos exprimate. Este clară deci ideea că ținuta și politețea sînt consecințele directe ale unei psihologii personale și ale zestrei mobilării noastre interioare. Anormalitățile vestimentare și comportamentele sînt defecțiuni pe care le putem ușor cerceta în insuficienta preocupare pentru propria persoană, pentru cultivarea intelectuală, morală și estetică. În al doilea rînd sînt păguboase tendința de imitație fără discernămînt, falsa originalitate la care aderă cu ușurință unii tineri, dar și tinere. Cîteva fete care excelau prin excentrismul coafurii se scuzau că «așa-i moda!». Greu se poate împăca copierea mecanică a unui jurnal al modei de aiurea cu pretenția de originalitate. Mai întîi că omul nu adoptă moda ca o haină de împrumut, ci o filtrează prin propria sa personalitate, o trece prin propriul său unghi de a vedea lumea și de a se lăsa văzut de ea. Ținuta și manierele sînt indici importanți — deși nu singurii, e adevărat — ai unei anumite bogății sufletești, ai unui anumit nivel de dezvoltare a personalității tinere. Nu maniere alese la întîmplare, pe moment, nu împrumuturi străine felului nostru real de a fi. Adevărata originalitate este nota distinctivă a propriei noastre personalități și nu dimensiunea și volumul împrumuturilor, fie ele valoroase altundeva și la altcineva. Iată de ce, poate, recomandările de la rubricile de modă ar trebui să adauge pe lîngă indicația că un anumit gen vestimentar se potrivește unui anumit ten și unei anumite siluete, că el va ședea bine și unui anumit tip de personalitate.

CAM ASTA-I TOT ȘI MULTE, MULTE ALTELE...

De multe ori m-am gîndit și — ajuns la o concluzie — m-am întrebat apoi de ce sînt atît de prețuiți cei șapte ani de-acasă. E limpede: psihologia infantilă a demonstrat că în perioada celor șapte ani de-acasă se pun bazele mai tuturor deprinderilor de comportare civilizată. La această vîrstă copilul are o mare plasticitate, atît de necesară formării, fixării deprinderilor. Dar valoarea celor «șapte ani de-acasă» nu o anulează pe cea a anilor

următori, trăiți în relații sociale mai complexe. Așadar, preocuparea — și disponibilitatea — de formare a unui comportament pozitiv rămîne valabilă la orice vîrstă. Căci viața, mai ales viața adultă, impune însușirea unor norme nesfîrșite de comportare, reguli pe care le respectăm zilnic într-o mare diversitate de forme. Tinerii speriați de cantitatea acestora își spun: «Toată lumea ne bate la cap — aceasta trebuie, aceasta nu trebuie; este bine așa, nu este bine așa —, parcă ar trebui să ținem minte, sub inventar, norme decretate». Conduita civilizată se formează printr-un proces mai complicat, în care cunoașterea normelor e doar un început. Cunoașterea și asimilarea lor constituie efectul unei serii de conflicte, de confruntări. Unii reușesc să rezolve contradicția în care sînt puși învățînd de ce trebuie să se poarte astfel și nu altfel într-o situație dată, alții — pentru a-și păstra un înșelător confort interior — se retrag din fața acelor confruntări pe care viața, punîndu-ni-le în față, ține să ne administreze și lecții de morală pe care nu le vom uita niciodată. În primul caz, tînărul învață treptat să renunțe la lucruri mai puțin importante în raport cu altele, el se va autodisciplina, se va integra — la început cu efort, apoi din ce în ce mai ușor — într-o viață socială superior acceptată. Tinerii aflați în cea de-a doua situație, dimpotrivă, dintr-un fals confort interior, dintr-o lene morală, mai degrabă, vor deveni victimele abaterilor comportamentale, nimerind mereu în situații conflictuale cu alții, dar și cu sine. Ei vor fi ceea ce se cheamă niște neadaptați.

Evident că renunțările sînt grele, dar ele trebuie făcute, căci numai astfel normele sociale de conviețuire pot fi stăpînite; nu prin memorarea nu știu căror reguli trecute în mai mult sau mai puținele false coduri de maniere elegante, ci prin convertirea normei în faptă și a faptei — repetate în situații similare — în comportament stabil. Și aici acționează cu aceeași severitate aspra lege a vieții de la care nu poți să te abați fără a te pune în afara ei: libertatea de a alege e numai necesitatea (socială) înțeleasă și nicidecum libertatea ca un capriciu sau ca expresia unei dezordini interioare. A-ți pune în ordine viața ta proprie, încă de la adolescență, nu e un lucru simplu, se înțelege, dar și succesul desăvîrșirii propriului comportament îți procură o satisfacție pe potriva acestui efort. Tentațiile de tot felul de la «așa e moda» și pînă la excentricități de paradă sînt numeroase la vîrsta tînără și de aceea puterea de a discerne trebuie antrenată încă de la adolescență și chiar din copilărie. Nu e vorba, repet, de un registru cu codificări pentru fiecare situație posibilă, ci de o atitudine esențială: autonomia, emanciparea nu vin niciodată fără a-ți asuma și asimila disciplina socială și e un proces care nu se termină de-a lungul celor șapte ani de-acasă. Iată de ce nu pot spune despre acești ani că asta ar fi cam tot, pentru că, după cum se vede, mai sînt multe, multe altele care se adună de-a lungul unei întregi vieți, deși în limbajul curent tot celor șapte ani de-acasă li se atribuie. Poate pentru că în primii șapte ani *ți se dă*, urmînd ca în ceilalți *să adaugi tu* la înălțarea propriei tale personalități.

POLITEȚE ȘI... IPOCRIZIE

Două prietene au ajuns într-o situație critică în urma unui demers făcut de una dintre ele de a-i spune celeilalte în față ceea ce gîndea la un moment dat. C. a crezut că

se află în posesia unui adevăr care nu poate fi pus la îndoială și i-a spus prietenei ei exact ce gîndea. Aceasta întorcîndu-i spatele (C. credea că definitiv), tînăra noastră, care a înțeles că adevăratul prieten nu este cel ce-ți laudă nebuniile, trăiește o criză de încredere în sinceritate. «Doar i-am spus franc, deschis, în față, tot ceea ce gîndesc despre ea» — încerca să se dezvinovățească pentru ieșirea dură pe care o avusese. Se poate împăca modul manierat de a vorbi cu sinceritatea opiniei? Sau a fi manierat presupune și o doză de ipocrizie, așa cum orice medicament eficace este o savantă dozare a unor elemente otrăvitoare în alte cantități și proporții? Și dacă așa stau lucrurile, a le cere tinerilor să fie cinstiți, să spună exact ce gîndesc nu înseamnă să-i pui, implicit, în conflict cu criteriile bunelor maniere, ale urbanității care trebuie să-i definească? Care era, la urma-urmei, vina lui C.?

Desigur că este nevoie (este o obligație elementară a oricărui om care se respectă) să spună oricărui adevăr — chiar și celor mai dureroase — pe nume, dar fiecare adevăr trebuie spus astfel încît să nu jignească pe celălalt. Faptul că vorbim de urbanitate nu trebuie să ne facă să considerăm că trebuie să ținem numai pentru noi adevărurile pe care eforturile comune — mai ales în prietenie, în relațiile colegiale — spre perfectabilitate ne obligă să le comunicăm. Dimpotrivă! Dar oricare opinie poate fi comunicată, fără ca prin aceasta să se ajungă la slăbirea relațiilor dintre dameni. În nici un caz nu trebuie să se creadă că avînd relații civilizate sau comunicînd opinia noastră fără a insulta, fără a jigni am fi ipocriți, am fi fățarnici; tot așa cum ar trebui să fim ferm convinși că educația ar pierde foarte mult dacă ne-ar sfătui să nu privim sau să nu primim adevărurile în față, oricît de mult ne-ar nemulțumi.

C. greșise nu prin părerea sa pe care i-o comunicase prietenei sale, ci prin felul în care i-o comunicase. Nu se spune că tonul face muzica!?...

ÎN LOC DE ÎNCHEIERE, O ALTĂ POVESTE

Dacă-i moda trecătoare, iar omul nu poate fi calificat ca manierat decît într-o infinitate de situații, înseamnă că a face ordine în domeniul relațiilor noastre zilnice este o încercare sortită eșecului? Fără îndoială că nu, și exemplul atîtor și atîtor cunoștințe de-ale noastre ne dovedește contrariul. Dacă celui dornic de a fi definit de ceilalți ca un om manierat nu i se pot administra reguli exacte de comportare fără a risca de a-l pune în situații ridicole, așa cum sînt toți papagalii, e bine însă să notăm că știința care ne poate face agreabili se numește, de cînd lumea, bun simț. Iar rafinamentul manierelor noastre ni-l adăugăm zi de zi, făcînd eforturi de continuă instruire intelectuală, dar și estetică. Și pentru că am început aceste rînduri printr-o întîmplare petrecută cu un scriitor celebru, nu cred că e lipsit de interes să amintim aici o vorbă care-i plăcea atît de mult profesorului de estetică — care a fost, printre altele, — Titu Maiorescu să o spună studenților săi. De ce — se întreba, mai degrabă retoric, profesorul — nu se aude la cer glasul măgarului? Poate pentru că îi lipsesc, am răspunde noi aici, ceea ce se cheamă îndeobște finețea și rafinamentul de a îmbrăca adevărurile pe care ar vrea să le rostească într-o haină să nu displacă celorlalți, care să nu-i facă pe alții să strîmbe din nas. Dar măgarului, se știe, îi lipsește bunul simț și îi prisosește îndărătnicia în cele rele. Dar asta este altă poveste...

VARTAN ARACHELIAN

CITITORII ÎȘI DESCHID SUFLETELE

Știm cu toții, și cei care se adresează unei rubrici de confesiuni, și cei care se străduiesc să redacteze răspunsurile: într-un moment de cumpănă, atunci cînd existența omului parcurge o criză și i se pare că nu-și mai ajunge lui însuși pentru a se smulge din ea, cînd are nevoie de luciditatea limpede și calmă a unuia din afară pentru a judeca obiectiv ceea ce el vede neclar și subiectiv dinăuntrul situației, atunci pune mîna pe stilou și se adresează publicației preferate. Sigur, nimeni nu așteaptă să primească rețeta sigură și salvatoare, soluția pe deplin fericită, nimeni nu-și imaginează că a doua zi după primirea sfatului viața i se va limpezi ca cerul după furtună. Există, în scrisorile în care cititorii își deschid sufletele, mai ales nevoia de descărcare sufletească, de comunicare umană, dar de fapt criza lor — criză de încredere în sine sau în celălalt, criză în relațiile dintre părinți și copii — o parcurg și o învinge ei înșiși în primul rînd: prin forță, prin voință, prin bunăvoință. Eficiența etică și omenească a rubricii de întrebări, confesiuni, experiențe nu ne este totuși deloc indiferentă, iată de ce ne-am hotărît să pornim — pentru Almanahul acestui an — pe urmele unor mai vechi scrisori primite, pentru a vedea în ce măsură au fost depășite momentele grele prin care au trecut cititorii ce au avut încredere în noi și ne-au cerut o mînă de ajutor, fie ea doar o mînă ...cu vorbe.

UN BĂRBAT BATE LA UȘA REDACȚIEI...

Subțirel, nu prea înalt de stat, purtîndu-și adolescentin cei treizeci și ceva de ani pe care am aflat mai apoi că-i are, a bătut la ușa redac-

ției cu o sfială gravă, pe care a risipit-o de la primele cuvinte franchețea sa neobișnuită: «*Cred că eu sînt de vină, nu cred, sînt sigur: soția vrea să se despartă de mine, nu mă mai suportă. Dar avem doi copii. Iar eu o iubesc încă. Să nu vi se pară prea îndrăzneață cererea mea, dar am venit să vă rog să mergeți la noi, la Tîrgoviște, să stați de vorbă cu soția. S-o convingeți să nu ne distrugem familia. S-o convingeți că vreau s-o fac fericită, că mi-am înțeles vina...*»

În locul scrisorii sosise direct autorul ei: ni s-a mai întîmplat aceasta, numai că, practic, e imposibil — oricît bunăvoință ai avea — să satisfaci aceste cerințe și dacă I.T., tehnician la o întreprindere metalurgică din Tîrgoviște, a reușit să urce rapid în mașină pe redactorul «Femeii» și să-l transporte în orașul său (cu toată reținerea pe care acesta o avea de a interveni direct în viața oamenilor), aceasta se datorește cazului aparte — și, totuși, deloc unic — al vizitatorului nostru. «*Eu sînt vinovat de criza din căsnicia noastră*». Să spunem, de la bun început, că I.T. n-are păcatele ce duc, de obicei, la aceste drame familiale. Nu bea. Nu fumează. Nu întîrzie «prin oraș». Nu e risipitor: bărbat ideal, veți spune. Dar am înțeles-o, totuși, foarte bine pe tînăra sa soție (și ea tehniciană), care și-a deschis cu greu sufletul în fața nepoftitului oaspete adus de soț în casă pe nepusă masă. I.T. are manifestările celui mai nevinovat — aparent — individualism: tăcut. Rezervat. Nu avea mai niciodată nimic de vorbit cu soția. El, cu cărțile lui. Cu aparatele la care meșterea. Cu fotbalul lui. Nu avea niciodată timp de o plimbare cu soția. De un spectacol. De o vizită la familii prietene. Îmbrățișări grăbite, rare, lipsite de grijă pentru parteneră. Iar soția, măritată de foarte tînără și copleșită imediat de îngrijirea celor doi copii, s-a simțit mereu tot mai singură, tot mai ignorată, tot mai uitată. Orice punte de comunicare părea ruptă spre acest soț, retras în universul lui. Închis în egoismul lui, lipsit de agresivități, dar și de interes pentru cei din jurul lui. Și, totuși, își iubea în felul lui soția și copiii, fără a le da însă altceva decît «resturile» rămase din existența lui sufletească solitară și aproape nimic din ce și-ar fi dorit o soție tînără. Au urmat aversiunea ei fizică față de el, stingerea încrederii în el, dorința de a divorța: hotărîrea aceasta de nestrămutat a soției l-a trezit brusc din letargica lui indiferență, l-a pus în fața posibilei lui singurătăți reale și înțelegînd dintr-o dată unde poate duce benignul — așa zis — egoism al său, l-a cuprins spaima. Și a cerut ajutor revistei noastre...

Nu a fost ușor confesorului adus «pe sus» în căminul șubrezit al acestei familii să obțină răbdarea, înțelegerea, căldura pe care le cerea soției, argumentul cel mai solid rămînînd, totuși, situația copiilor. Nu a fost ușor să susțină cauza soțului: oare el era într-adevăr capabil de transformarea pe care o făgăduia? Oamenii își schimbă doar atît de greu felul de a fi, deprinderile, tabieturile... A fost o zi grea și delicată cea petrecută în vara de acum doi ani la Tîrgoviște, o zi urmată de o lungă și neliniștitoare tăcere: așteptam, totuși, cu mare interes să aflu ce se petrecea în familia T.

Și într-un ajun de 8 Martie, o ilustrată venea la redacția «Femeia», cu cîteva cuvinte doar alături de felicitarea de rigoare: ...«împreună cu mulțumirile calde și sincere din partea familiei T., a unitei pentru totdeauna familie T.»

CÎND MĂRIA-SA VIAȚA SE PRONUNȚĂ CU GENEROZITATE...

Cu cinci ani în urmă, M.S. din Suceava îmi scria ultimativ și disperat: „*Să nu mă sfătuiți să-mi caut salvarea în profesie, deși știu că munca este cel mai eficace medicament. Dar mai știu că pentru o femeie nu este totul. O tînără de 31 de ani, oricît de mulțumită ar fi profesional, dacă este singură și decepționată, se simte complexată... Ei bine, sînt complexată pînă la oameri față de faptul că la vîrsta mea sînt singură și mai ales că mi s-a reproșat de către un bărbat mai tînăr cu un an, pe care l-am iubit foarte tare: «Ce-ai făcut la 20 de ani, dacă și pînă la 30 nu ai nici o «experiență»?*" Fără nici o explicație, iubitul a părăsit-o «*pentru o absolventă de liceu care are ca mostenire o casă și care a terminat cu greu școala*». Ei bine, mă întreba M.S., «*cum să mai am putere eu, ca profesoară, ca diriginte, să le învăț pe eleve ce e frumos și bine în viață, cînd eu trebuie să învăț — cum se vede — de la ele ce e vital și durabil? Mi-ar face mult bine, deși nu văd cum v-aș putea crede* — conchide M.S. — *dacă ați avea putere să mă sfătuiți ce să fac să ies din disperarea mea, dacă m-ați putea convinge că se mai poate iubi și după 30 de ani, că mai sînt pe lume și bărbați care se căsătoresc din dragoste...*»

Dacă plicul pe care l-am primit nu foarte de mult la redacție nu ar fi purtat pe el un energic «Ptr. rubrica Confesiuni...», iar înăuntru însăși tăietura din revista de acum cinci ani în care îi era reprodus textul lui M.S., scrisoarea ar fi ajuns direct la colega care se ocupă de populara noastră rubrică de fotografii «Copiii noștri» și nu aș mai fi aflat poate ce s-a întîmplat cu vechea mea corespondentă. În plic o poză cu doi băieți splendizi, unul de 3 ani, altul de 1 an și jumătate, și cîteva rînduri: «*Mi-am dat seama: niciodată nu e prea tîrziu, niciodată nu trebuie omul să dispere. Rezolvarea oricărei situații nu o aduce pînă la urmă decît viața. Măria-sa viața. Nu v-am scris pînă acum, pentru că mi-era jenă de scrisoarea exagerată pe care v-am trimis-o atunci. Vă rog din inimă, dacă treceți prin Suceava, nu ocoliți familia profesorilor C.*»

Abia acum am remarcat că inițialele pudice de atunci se schimbaseră într-un nume întreg, scris hotărît, fără nici o reținere. Dacă noi îi păstrăm totuși «secretul», e pentru că și fericirea se cere exprimată cu discreție, nu numai tristețile, nu credeți?

...DAR ȘI ATUNCI CÎND DĂ VERDICTE NECRUȚĂTOARE

Sigur, viața e generoasă. Viața îți întinde mîna atunci cînd ți se pare că nu te mai poți prinde de nimic: o știm mai fiecare dintre noi, poate chiar și din propriile trăiri și experiențe. Dar mă întreb

dacă e totuși bine să așteptăm «soluțiile» din afara noastră, de la alții, de la viață: e comod și încurajator, desigur, dar nu întotdeauna eficient. Adevărul că viața *ne* ajută cînd o ajutăm, cînd *ne* ajutăm, cînd nu stăm cu mîinile în sîn, văicărindu-ne și așteptînd, cînd strîngem în noi puterile pentru a porni mai departe, pentru a schimba ce e de schimbat. Altfel, viața intervine, dar nu întotdeauna în favoarea noastră. Tot cu 5—6 ani în urmă, Mioara N. din București îmi scria cu o tristețe nesfîrșită: *«Am 33 de ani, sînt căsătorită de 15 ani cu un bărbat de vîrsta mea, inginer de meserie, avem un băiețel în clasa a V-a, de cinci ani premiant, ar trebui să fiu fericită, dar mi-e greu, foarte greu să aștern pe hîrtie cît pot suferi. Bărbatul meu bea. Bea peste măsură. De 15 ani trăiesc cu speranța că voi reuși cu tact, cu calm, cu răbdare să-l fac pe soțul meu să înțeleagă că prietenii de pahar îi sînt numai dușmani. Nu am reușit. Acum, cînd sînt epuizată și nu mă mai țin puterile și am atîta nevoie de liniște, mă întreb tot timpul ce să fac, cum să procedez, și-mi zic că pentru însăși liniștea copilului meu, pentru climatul în care trebuie să crească el, trebuie să mă despart de soț...»*

Răspunsul meu o știți, vă imaginați, invers: să reziste mai departe. Să reziste încă. Să mai încerce. Să nu-și destrame familia: orice copil are totuși nevoie de ambii părinți pentru a se dezvolta armonios și a nu fi traumatizat psihic. Dar oare — stau și mă gîndesc, nu fără o anume tulburare și apăsare — a fost sfatul cel mai bun? Oare am gîndit bine afirmînd că timpul, că viața mai limpezesc și ele unele situații dezolante? Mă îndoiesc că am avut dreptate.

Viața a dezlegat, într-adevăr, nodul dramatic din viața familiei N., dar nu în sensul prevăzut și dorit de noi două. Într-o bună zi, dumnealui, I.N., soțul care *«la trezie regretă, promite, spunînd că pe iubește enorm, pe mine și copil»*, a uitat complet de marea lui iubire familială și, treaz fiind, a plecat de-acasă. Definitiv. Și-a făcut valiza cînd soția era plecată și a șters-o, nu se știe unde, lăsînd un bilet că *s-a săturat de atîta pisălogeală, că el își vede de-acum înainte de viața lui, cum și-o dorește el, iar băiețelului o să-i trimită pensie alimentară, că doar e tată și are conștiință...* Cîtă conștiință are, a dovedit-o. Ce fel de tată și soț e, ce fel de *om* e, a dovedit-o de asemenea: am regretat, recunosc, că i-am cerut soției sale îngăduință și răbdare față de un asemenea individ slab și laș...

Am întrebat-o la telefon — îi aveam de atunci numărul — pe Mioara N., în vederea redactării acestor pagini, ce se mai întîmplă cu viața dumisale, cu copilul... O voce calmă, sigură de ea, mi-a răspuns de la capătul celălalt al firului, nimic din frămîntarea acelor momente de criză nu mai străbătea din glas. Da, e bine, lucrează, a făcut un curs de proiectantă și lucrează (soțul o oprise acasă), copilul e mereu premiant, se pregătește pentru examenul de treaptă... Da, e singură, soțul n-a mai apărut niciodată în București, se pare că e, undeva, prin județul Timiș, își mai amintește din cînd în cînd să trimită băiatului cîte un mandat poștal, dar ea e acum echilibrată și liniștită. A căpătat încredere în ea însăși. Chiar și în oameni.

Și m-am gîndit atunci, că, într-adevăr, nu ai voie să îndemni pe cineva să abuzeze de propria răbdare, că e rău fără rău, dar uneori e mai bine să ai curajul de a tăia în rău... Altfel, cum se vede, intervine dumneaei, viața: cu verdictele ei necruțătoare!

SANDA FAUR

Pentru a vă cunoaște mai bine ca SOȚ sau SOȚIE

Testul nostru vă oferă posibilitatea de a vă cunoaște mai bine în ipostaza soț-soție. Varianta 1 este adresată femeii. Varianta 2 este adresată bărbatului. Citiți cu atenție fiecare întrebare și puneți semnul X în căsuța care vi se potrivește.

VARIANTA 1 (adresată soției)

1. Considerați că soțul trebuie să aibă o retribuție mai mare decît dv.? DA ☐ NU ☐	2. Considerați că bărbatul, la întemeierea căsniciei, ar trebui să aibă mai multe bunuri materiale (casă, mașină etc.)? DA ☐ NU ☐	3. Funcția socială a soțului (poziție, profesie) vă dă mai multă prestanță decît propria dv. funcție socială? DA ☐ NU ☐	4. Prestigiul bărbatului scade în fața dv. dacă progresați profesional mai mult decît el sau cînd ocupați funcții superioare lui? DA ☐ NU ☐
5. Contează mult pentru dv. ca soțul să fie întreprinzător, cu spirit practic? DA ☐ NU ☐	6. Considerați că bărbatul este mai capabil decît dv. în rezolvarea problemelor de viață? DA ☐ NU ☐	7. Este preferabil ca soțul să fie cel care domină în familie? DA ☐ NU ☐	8. Bărbatul pierde din personalitate dacă se ocupă cu treburi gospodărești care, tradițional, reveneau femeii? DA ☐ NU ☐

VARIANTA 2 (adresată soțului)

1. V-ar deranja dacă soția ar cîștiga mai mult decît dv.? DA ☐ NU ☐

2. Considerați că la întemeierea căsătoriei soția ar trebui să aibă mai multe bunuri materiale? DA ☐ NU ☐

3. V-ar deranja dacă soția ar avea o funcție socială superioară celei pe care o aveți dv.? DA ☐ NU ☐

4. Considerați că succesul profesional al soției vă pune într-o situație de inferioritate? DA ☐ NU ☐

5. Este foarte important ca soția să fie întreprinzătoare, cu spirit practic? DA ☐ NU ☐

6. Considerați că femeia este, în genere, mai superficială decît bărbatul în rezolvarea problemelor vieții? DA ☐ NU ☐

7. Este de preferat să vă păstrați rolul de «cap de familie»? DA ☐ NU ☐

8. Considerați că soția ar trebui să rămînă în exclusivitate «responsabilă» cu îndatoririle casnice? DA ☐ NU ☐

9. Credeți că dacă soția își manifestă deschis sentimentele față de soț, ea pierde din farmec? DA ☐ NU ☐

10. Credeți că o soție care-și domină soțul este formidabilă? DA ☐ NU ☐

11. Considerați că o soție independentă este de preferat? DA ☐ NU ☐

12. Credeți că bărbatul trebuie să tolereze pălăvrăgeala soției? DA ☐ NU ☐

13. Vă deranjează cînd acasă soția are o ținută neglijentă? DA ☐ NU ☐

14. Vă influențează neplăcut faptul că soția rîde strident sau gesticulează cînd vorbește? DA ☐ NU ☐

(Citiți în pagina 68 comentariul fiecărui răspuns.)

9. Dacă un soț își manifestă deschis sentimentele față de soție este o dovadă de slăbiciune? DA ☐ NU ☐

10. Considerați că nu-i de demnitatea soțului ca el să cedeze în fața argumentelor aduse de soție? DA ☐ NU ☐

11. Considerați că un soț indiferent este de preferat, deoarece vă puteți afirma mai deplin? DA ☐ NU ☐

12. Considerați că soția trebuie să tolereze comoditatea soțului? DA ☐ NU ☐

13. Vă preocupă felul în care se îmbracă soțul dv.? DA ☐ NU ☐

14. Vă deranjează unele gesturi sau conduite necivilizate ale soțului? DA ☐ NU ☐

Și acum adunați răspunsurile afirmative și separat cele negative. ● 11 răspunsuri negative, aveți o personalitate foarte bine structurată, în accepția cerințelor moderne ● Între 8—10, faceți parte din categoria celor care mai au unele mentalități de revizuit ● Între 6—7, aveți concepții destul de învechite despre relațiile familiale. Este cazul să vă autoeducați, și cît mai repede, căci veți rămîne în urma celorlalți ● De la 5 puncte în jos este greu de conceput că veți putea avea o căsnicie fericită. Un semnal care trebuie să vă dea de gîndit. Încercați, depuneți chiar efort să vă schimbați. Depinde numai de dv.

● Permanenta motivație materială este specific umană, căci ne place să agonisim ca să trăim bine. Dar atenție la dozaj și echilibru. Interesele materiale exagerate ne trag înapoi spre începuturile speciei. Deci la întrebarea 1 și 2, pentru ambele variante, răspunsul care dovedește o personalitate evoluată este NU. Dacă ați răspuns afirmativ greșiți. Căutați să vă autoeducați. Interesele spirituale pot aduce și ele satisfacții mai mari decît primele.

● Este o trebuință superioară ce caracterizează omul aceea de a fi apreciat de către alții. Și dacă avem acest privilegiu, să-l păstrăm cu demnitate. Trebuie să apărem exact ceea ce sîntem. Deci la întrebarea 3 și 4, din ambele variante, răspunsul corect este NU. S-a dus vremea cînd soția era aureolată numai de situația socială a soțului, fiind total dependentă față de el. Femeia de azi își poate aprecia valoarea prin propria personalitate și poziție socială. Dacă sînteți femei și ați răspuns prin DA în varianta F 1 la una din întrebările 3 sau 4 înseamnă că mai aveți de luptat cu propria dv. mentalitate învechită. Iar pentru soții care au răspuns cu DA la aceleași întrebări din varianta 2 B facem o remarcă — integritatea personalității dv. suferă pe undeva, dacă vă temeți de concurența femeii — și o sugestie: mai luptați cu propriile dv. păreri. Este o reală mîndrie pentru un bărbat să știe că are alături o soție cu personalitate de recunoscută valoare socială. ● Eternul spirit practic ne poate compromite personalitatea? Nicidecum, căci viața ne pune necontenit în fața unor probleme cu care ne confruntăm și la care căutăm soluții. Deci la întrebarea 5, pentru ambele variante, răspunsul este DA. Cu o condiție — ambii soți să dovedească spirit practic, căci altfel unul e suporter și altul suportat. Dacă ați răspuns negativ la întrebarea 5 înseamnă că tindeți să încurajați comoditatea partenerului, deci aveți o personalitate submisivă. Efectul? Personalitatea fiecăruia rămîne știrbită. ● Sînteți femeie? Atunci la întrebarea 6 răspunsul bun este NU. Înseamnă că aveți încredere în forța dv. de a răzbate. În caz contrar faceți un exercițiu autogen de a vă spori încrederea în forțele proprii și veți fi mai stăpînă pe situație. Sînteți bărbat? Răspunsul la întrebarea 6 este tot NU, căci femeile au dovedit contrariul de nenumărate ori, de-a lungul istoriei, ca și astăzi. Răspunzînd prin DA vă supraapreciați, dovedind tendințe irealiste.

● Mult disputatul rol în familiei Vă considerați modern sau modernă? În acest caz răspunsurile la întrebările 7 și 8 sînt NU în ambele variante. Răspunzînd prin DA vă paște pericolul de a nu acorda ritmurile vieții de familie la cerințele civilizației actuale și să trăiți o stare conflictuală. ● Ceea ce dă soliditate căsniciei este sentimentul. Au spus-o toți scriitorii și o spunem fiecare dintre noi. E clar că răspunsul la întrebarea 9 este NU. A-ți manifesta sincer sentimentele nu scade nici farmecul feminin și nici bărbăția soțului. Adepții lui DA se joacă cu focul. ● Ați răspuns cu DA la întrebarea 10? Dacă sînteți femeie revizuiți-vă opinia despre bărbăție. De cele mai multe ori soții nu cedează din încăpățînare sau egoism. Dacă sînteți bărbat și ați răspuns cu DA la întrebarea 10 din varianta 2 B a testului înseamnă că nu aveți suficient spirit realist. Confundați criteriile de valoare. ● Doriți să fiți independent(ă)? Nu o faceți cu orice preț. Răspunzînd cu NU la întrebarea 11 dovediți integritate, simț de răspundere. Invers, este dovadă de falsă libertate.

● Tendința de a dezarma ușor, pînă la a accepta fatalitatea, este relevată de un răspuns pozitiv la întrebarea 12. Trebuie să vă străduiți în a influența partenerul să se schimbe. Depinde de dv. ce succes veți avea. Deci răspunsul corect e NU.

● Ultimele două întrebări reflectă trăsături foarte discret sedimentate în cerințele estetice și culturale ale personalității. Dacă ați răspuns prin DA sînteți o persoană receptivă, deschisă noului. Dacă ați răspuns prin NU, mai gîndiți-vă de ce greșiți.

GETA DAN-SPÎNOIU,
psiholog

FESTIVALUL NAȚIONAL

„CÎNTAREA ROMÂNIEI"

EDIȚIA A II-A

GÎNDIREA TEHNICĂ ȘI ȘTIINȚIFICĂ A FEMEILOR, UN POTENȚIAL CREATOR CE POATE FI MAI BINE VALORIFICAT

Interviu cu IOSIF TRIPȘA, vicepreședinte al Consiliului Național pentru Știință și Tehnologie

— Festivalul național «Cîntarea României» — conceput ca o largă și atotcuprinzătoare mișcare de masă, menită să dezvolte în oameni acea componentă esențială a evoluției și afirmării libertății umane, CREATIVITATEA, înțeleasă în multiplele ei sensuri — include, după cum se știe, și ampla acțiune de stimulare a participării maselor de oameni ai muncii la creația științifică și tehnică, dintotdeauna deschizătoare de drumuri noi nevoii omenești de civilizație și progres. Cum apreciați rezultatele obținute în prima ediție a festivalului?

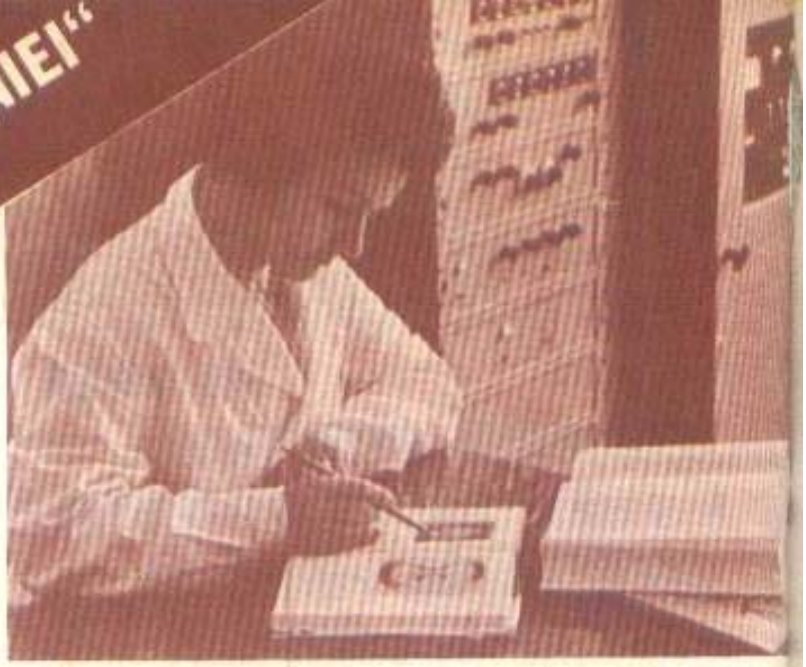
— Inițiată de secretarul general al partidului, tovarășul Nicolae Ceaușescu, această mare acțiune de stimulare a participării maselor la creația științifică și tehnică, integrată în festivalul denumit sugestiv «Cîntarea României», a găsit un larg ecou în rîndul muncitorilor, tehnicienilor, inginerilor, al tuturor specialiștilor, precum și al tuturor oamenilor muncii de toate vîrstele și categoriile, conștienți de menirea ce o au de a-și aduce contribuția la sarcina trasată de partid ca, în acest cincinal, circa 45 la sută din producția industrială să o reprezinte produsele noi și reproiectate, în covîrșitoarea lor majoritate pe bază de concepție științifică și tehnică românească, ca progresul tehnic să fie introdus pe scară largă în toate ramurile economiei naționale, în vederea realizării prevederilor cincinalului revoluției tehnico-științifice.

Putem afirma că această acțiune, declanșată într-o concepție unitară, care să asigure participarea maselor în funcție de nivelul de pregătire profesională, teoretică și practică, a înscris una din paginile cele mai frumoase din istoria mișcării naționale de creație științifică și tehnică. O activitate susținută a fost desfășurată, în toate județele țării și în municipiul București, pe linia găsirii unor soluții originale în vederea reducerii consumurilor de materii prime și materiale, de combustibili și energie electrică, a tipizării produselor, a creșterii productivității muncii, a îmbunătățirii calității produselor, a reducerii cheltuielilor de investiții și a importurilor, a folosirii la parametrii optimi a utilajelor și a timpului de lucru. O atenție deosebită s-a acordat realizării, prin

FESTIVALUL NAȚIONAL

„CÎNTAREA ROMÂNIEI"

EDIȚIA A II-A

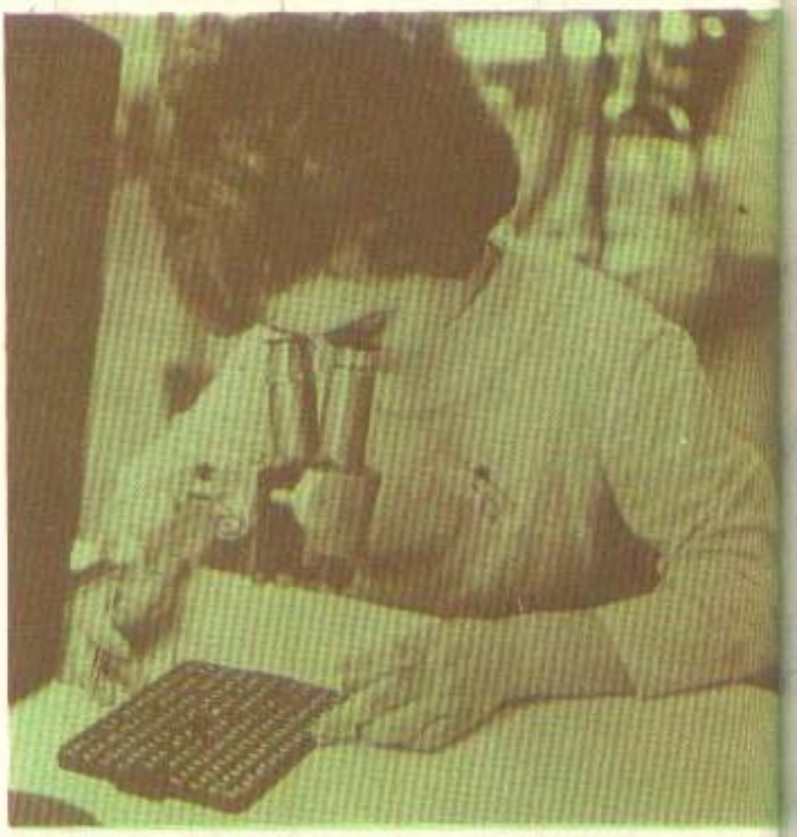


autoutilare, a unor mașini, instalații, aparate și dispozitive care contribuie la mecanizarea și automatizarea producției, la dimensionarea judicioasă a investițiilor.

Dezvoltarea și perfecționarea învățămîntului de toate gradele, legătura mai directă cu practica industrială sau agricolă, iar apoi acțiunea națională de reciclare profesională și policalificare, ca și creșterea, modernizarea și ridicarea nivelului tehnic al mijloacelor de producție, implică sporirea numărului celor ocupați în sfera producției materiale (muncitori, tehnicieni, ingineri), au dus, cum era și firesc, la o dezvoltare amplă a gîndirii tehnice și științifice originale. Nu doar la nivelul savantului, al cercetătorului, dar și al omului practicii și muncii directe.

— *Și, bineînțeles, nu numai la cel al bărbaților, ci și al femeilor. Ce ne puteți spune despre participarea lor la rezolvarea problemelor tehnice, științifice pe care le ridică producția modernă?*

— Datele centralizate comunicate comisiei centrale de către comisiile județene de creativitate științifică și tehnică evidențiază în perioada primei ediții, în majoritatea județelor țării, o eficientă participare atît la sporirea producțiilor, cît și a beneficiilor și, bineînțeles, la reducerea cheltuielilor de producție obținute pe seama creației științifice și tehnice de masă. Cîteva cifre sînt edificatoare: 1 085 609 participanți la activitatea de creație științifică și tehnică (proporția femeilor, aproximativ 30 la sută), dintre care 665 397 de muncitori; 79 079 de obiective realizate; 40 987 de produse noi și modernizate; 9 490 de tehnologii și procedee tehnologice noi și îmbunătățite; 12 258 de sisteme noi de conducere și organizare; 1 433 de invenții. Rezultate mai bune s-au obținut în județele Prahova, Neamț, Cluj, Olt, Timiș, Iași, Galați, Maramureș, Bacău, Ilfov, Suceava, Dolj, Brașov, Hunedoara, Argeș, Mureș, Bihor, Buzău și Mehedinți. Un exemplu: în municipiul București reducerea cheltuielilor materiale de producție pe seama creației științifice și tehnice a fost de 880 613 000 de lei, iar sporul de beneficii de 1 097 467 000 de lei.



— *Printre lucrările mai deosebite, care au fost realizate în această ediție, puteți aminti unele la care autori sau coautori au fost femei?*

— Mă refer, în primul rînd, la activitatea de cercetare a tovarășei academician doctor inginer Elena Ceaușescu, strălucită reprezentantă a științei românești contemporane, savantă de reputație mondială, la contribuția sa esențială în domeniul chimiei macromoleculare, în special în polimerizarea izoprenilor, stabilizarea cauciucului sintetic și copolimerizare. Lucrările sale au dus la o mai bună înțelegere a mecanismelor proceselor chimice, precum și la o eficiență sporită în fo-

losirea chimiei spre binele omenirii. Nu de mult, pe platforma industrială a petrochimiei de la Brazi au fost obținute primele cantități de cauciuc polizoprenic realizate în noul complex de instalații — strălucită materializare a activității laborioase desfășurate în cadrul Institutului central de chimie, sub conducerea tovarășei academician doctor inginer Elena Ceaușescu.

Am putea apoi aminti și despre femeile de la Combinatul petrochimic «Solventul» din Timișoara, care, urmînd exemplul mobilizator al tovarășei Elena Ceaușescu (autor al instalației de poliesteri intrată nu de mult în funcțiune în acest combinat, instalație care a luat premiul I pe țară în cadrul Expoziției naționale de creație științifică și tehnică ținută în primăvară), au devenit, ele însele, autori și coautori de invenții și inovații, implicit laureate ale primei ediții a Festivalului național «Cîntarea României». Mă refer, de pildă, la ing. Doina Olteanu, șefa secției de plastifianți, care, aducînd modificări în tehnologia sintezei plastifianților, a redus substanțial cheltuielile de investiții, obținînd, totodată, premiul II pe țară și pe ramură.

Să vă dăm și alte exemple: inginera Lidia Gabrian de la Institutul de cercetări și proiectări pentru minereuri și metalurgie neferoasă Baia Mare și-a adus o contribuție deosebită în cadrul colectivului care a realizat tehnologia pentru decuprarea concentratelor plumbo-cuproase — lucrare premiată în ediția I a festivalului; un colectiv, format în mare parte din femei, de la Institutul de cercetări-proiectări tehnologii sticlă și ceramică fină — filiala Cluj-Napoca — a realizat pigmenți și coloranți pentru ceramică și sticlărie — lucrare cu eficiență economică deosebită și care înlocuiește importul; un colectiv condus de ing. Elena Buzescu, de la Întreprinderea de confecții și tricotaje București, a realizat o tehnologie perfecționată de confecționare a costumelor pentru bărbați; un alt colectiv, de la Centrul de cercetare pentru fibre sintetice Săvinești, a realizat o tehnologie de obținere a fibrelor modacrilice, rezistente la foc.

Și nu numai în unitățile de cercetare sau proiectare, în școli sau facultăți aportul femeilor a fost important, ci în toate colectivele de muncă din industrie, construcții, agricultură, numeroase femei au venit cu idei valoroase pentru rezolvarea unor probleme de producție.

— Ce considerați că ar trebui întreprins pentru stimularea participării femeilor în cea de a doua ediție a Festivalului național «Cîntarea României»?

— Ținînd seama de modul cum s-a desfășurat această acțiune în prima ediție, cu plusurile și minusurile ei, de faptul că au fost și unele deficiențe, atît în ceea ce privește organizarea propriu-zisă, cît și desfășurarea etapelor de masă, județene și pe ramuri, comisia centrală a elaborat un regulament îmbunătățit privind organizarea și desfășurarea acestei acțiuni în actuala ediție. Propunîndu-ne ca obiectiv major să acordăm toată atenția indicațiilor trasate de conducerea partidului, personal de către tovarășul Nicolae Ceaușescu, și anume ca tehnologiile românești să se situeze la nivelul parametrilor tehnici atinși de cele mai dezvoltate țări din punct de vedere economic, vom ține seama ca la traducerea în fapt a acestui obiectiv să atragem, mai mult decît am făcut-o în ediția anterioară, și capacitatea creatoare a femeilor, a celor care lucrează în sectoarele cheie ale industriei și agriculturii; să găsim forme și genuri de manifestări (expoziții închinate anume realizărilor lor, popularizarea acestora în presa locală și centrală, radio și televiziune) care să le stimuleze ambiția de a veni cu contribuții proprii, originale, de gîndire tehnică și științifică. În acest sens, atît comisiile județene, cît și unele comisii pe ramură vor trebui să-și înscrie în planurile lor de acțiuni și această problemă, căreia, recunoaștem, nu i-am acordat poate suficientă atenție. Pe de altă parte sîntem de părere că și organizațiile locale de femei ar trebui să colaboreze mai mult cu comisiile noastre județene sau pe întreprinderi (reciproca e și ea valabilă) pentru ca împreună să impulsionăm acest potențial creator pe care-l reprezintă femeile.

Interviu consemnat de
NIKI GEORGESCU

„PLAIUL ROMÂNESC" ÎN JOCURILE LATINITĂȚII

La Avignon, între monumentalii pilaștri gotici ai străvechii catedrale, acolo unde istoria latinității palpită încă vie, rememorată și de tradiționalele «Jocuri ale latinității», acolo au țîșnit nu de mult, în vitalul lor salt metaforic, «Călușarii» noștri, după ce dansurile oltenești, jocurile din Moldova sau cele de pe dealul Feleacului stîrniseră ropote de aplauze cum numai Opera din Milano mai obținuse vreodată aici. Dansa «Plaiul românesc», ansamblul folcloric al Casei bucureștene de cultură a sectorului 5. Dansau niște tineri care, în zilele obișnuite ale vieții lor, sînt rihtuitori la «Dîmbovița», precum soții Maria și Marcel Dinu, precum Floarea Diaconescu sau Ștefania Cristea, frezori la I.M.G.B. — precum Dumitru Diaconescu, soțul Floarei —, dansau niște tineri muncitori, și elevi, și studenți, plecați de aici, de pe plaiurile noastre românești, în ansamblul ce se și onorase cu acest nume, să ducă la Avignon un zvon de artă românească, un semn de frățietate între ale latinității, un mesaj de prietenie. La 100 de ani de cînd Vasile Alecsandri fusese încoronat aici cu premiul «Félibridge» pentru neuitata sa poemă «Ginta latină», alți doi poeți români, Teodor Balș și Petre Ghelmez, primeau trofeele acestui înalt festival al latinității — elogiu adus poeziei și limbii române —, și puține au fost momentele de desfătare artistică ca cel pe care l-a oferit susurul de cristal al «Madrigalului» interpretînd, sub bagheta vrăjită a lui Marin Constantin, chiar cîntul «Gintei latine». Apoi au irumpt, pe mica scenă improvizată în catedrală, dansatorii acestui ansamblu, care, după 20 de ani de activitate, își dovedea din nou tinerețea sa fără de bătrînețe, tinerețe care este cea a membrilor mereu împrospătați ai acestei formații, patima lor pentru jocurile noastre populare: adăugînd

FESTIVALUL NAȚIONAL

„CÎNTAREA ROMÂNIEI"

EDIȚIA A II-A

una după alta confirmările virtuților sale artistice — titlul de laureat al festivalului «Cîntarea României», medalia de aur a Festivalului de folclor al țărilor balcanice, Trofeul festivalului de folclor de la Herculane — «Plaiul românesc» s-a impus, după sutele sale de ore de repetiții, după zecile de spectacole conduse de exigentul coregraf Nicolae Goga, drept una dintre valoroasele noastre formații artistice.

«Plaiul românesc» acasă și pe meridianele lumii.

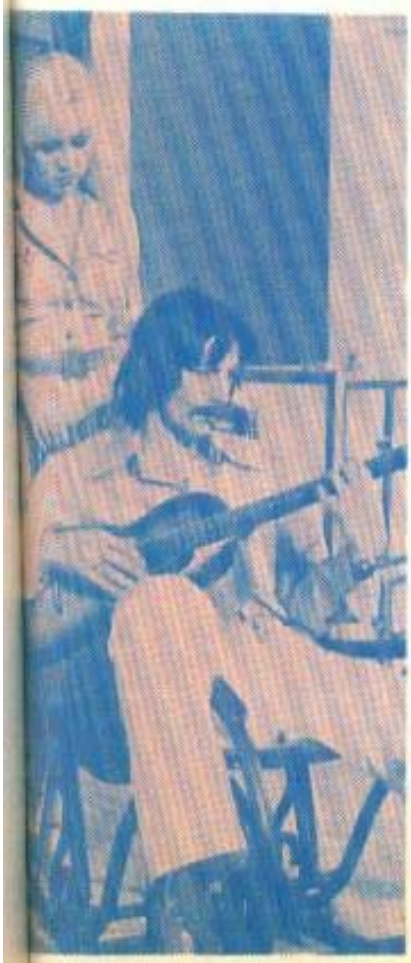
TINEREȚEA UNUI SFERT DE VEAC DE TEATRU...

Vîrsta unui sfert de veac presupune — în existența omului, dar nu mai puțin în cea a unei instituții de artă — în egală măsură maturitate și tinerețe viguroasă: iată concentrate aici și însușirile Teatrului german de stat din Timișoara, singura scenă germană din lume, (în afara spațiului lingvistic german) subvenționată de către stat, alături de secția din Sibiu. În vara acestui an i s-a conferit Ordinul «Meritul Cultural» clasa I, cu prilejul sărbătoririi celor 25 de ani de la înființare. În mesajul adresat colectivului de însuși președintele țării, tovarășul Nicolae Ceaușescu, se sublinia: «*Creație a regimului socialist, Teatrul german de stat din Timișoara este expresie a grijii și preocupării societății noastre de a crea un cadru tot mai larg de manifestare a naționalității germane din România, o vie ilustrare a politicii naționale juste a Partidului Comunist Român, care face totul pentru a asigura tuturor celor ce muncesc din patria noastră... cadrul cel mai favorabil pentru afirmarea lor plenară...*» Momentul jubiliar a prilejuit, firește, și o privire bilanțieră — 6 471 de reprezentații cu 179 de premiere (dintre care aproape 50 scrise de autori români clasici și contemporani), prezentate în fața a două milioane de spectatori —, dar nu datele statistice pot spune totul despre viața tumultuoasă a unei trupe care și-a format publicul odată cu propria-i alcătuire și cizelare, colectivul sprijinindu-se pe cîțiva actori-pilon, care au fost totodată și animatori ai trupei și profesorii tinerilor actori proveniți din amatori.

Almanahul «Femeia» se simte dator să releve, în aceste puține rînduri omagiale, arta cîtorva mari actrițe timișorene — arta lor interpretativă, dar nu mai puțin pedagogică —, al căror nume au devenit de mult cunoscute în țară: Margot Göttlinger, neuitata «Mutter courage» și «Wassa Jeleznova», este totodată și regizoarea mai

Imagini din spectacolele prezentate pe scena Teatrului german de stat din Timișoara.

multor spectacole, printre care și a celui prezentat la sărbătorirea teatrului, «Meșterul Iacob și copiii săi», de Hans Kehrer, dramaturg bănățean considerat cel mai de seamă reprezentant al dramaturgiei germane din România. Se spune adesea că fără cursurile de dicție și canto ale lui Irmgard Schatti — cealaltă mare actriță fondatoare a teatrului timișorean —, tînăra generație de actori germani și-ar fi parcurs mai greu drumul spre buna însușire a artei accriceștí, creațiile ei din «Oameni care tac» de Al. Voitin sau «Bunicuța în familie» de Klaus Eidone rămînînd — printre altele — roluri de referință. Și tot acestei generații împătimite de teatru care a ridicat, cărămidă cu cărămidă, piesă cu piesă, edificiul spiritual al teatrului timișorean de limbă germană, îi aparține și o altă cunoscută actriță — Elisabeta Kölbl (cine o poate uita în creația ei din «Moartea unui artist» de Horia Lovinescu sau în «Conu Leonida față cu reacțiunea»?). Directorul teatrului, Hans-Ioan Linder, cu care am stat de vorbă în vederea alcătuirii acestui succint profil artistic feminin timișorean menționează și contribuția artistică și didactică a Hellei Sesller sau a Wilmei Müller, după cum nu putem să nu amintim și de actrițele generației a doua — Alice Szabo, Helga Santhof și Ioana Brunner — sau «mezinele teatrului», venite în teatru de pe băncile I.A.T.C., Ingeborg Mayer și Adele Radin. Împreună, generațiile de actori care au scris și au trăit istoria unui sfert de veac de teatru german în România își dau mîna în această admirabilă construcție morală și spirituală pe care o ridică împreună cu creatorii români, într-un climat de unitate și frăție:



OMAGIU PLASTIC ADUS MATERNITĂȚII

Un întreg univers plastic îmbibat de poezie — nu un ciclu de lucrări, nu o expoziție, ci o întreagă existență artistică dăruită cu o fervoare și o constanță unică, greu repetabilă, unei singure teme: celebrarea feminității și, mai ales, a feminității în ipostaza ei cea mai pură și înaltă — maternitatea, iată ce-i datorăm pictorului Tanasis Fappas. Pornită din lumina solară a spațiului mediteranean, reflectată de albul cariatidelor de pe Acropole, venită din ecourile clasicismului elin, revenind obsesiv la aceleași siluete feminine fragile, delicate, drapate în veșminte fără vîrstă, oricînd plasabile în scurgerea istoriei, avînd o gestică de o tandrețe infinită — mai ales atunci cînd mîinile-floare ale femeilor prind ca într-o coroală pruncul-ofrandă —, pictura lui Tanasis Fappas prinde rădăcini în solul carpatin al spiritualității noastre și se adaugă firesc unei arte care a generat Miorița și chipurile grigoresciene. Un popas în mijlocul picturii lui Tanasis Fappas — așa cum îl încearcă și aceste cîteva reproduceri — este întotdeauna o regăsire de sine însuși, un moment de reculegere, o privire aplecată înăuntru. Aceste personaje-simbol ale pictorului au pleoapele coborîte ca urmărindu-și propriile gînduri și trăiri, propria gestație, toate au forța unei meditații grave lirice, toate aduc un elogiu feminității în ceea ce are ea mai prețios: puterea de dăruire întru regenerarea vieții, întru îmbogățirea existenței cu noi vlăstare. Coloritul diafan, de o mare finețe, chiar și atunci cînd culorile aparțin exploziilor solare și nu numai liniștitoarelor nuanțe ale amurgului, vine întotdeauna să sublinieze ideea luminii pe care o emană sufletul, spiritualitatea feminină. Cutezătoare în însăși intenția sa de a relua de zeci, de sute de ori — poate — același și același motiv pictural, arta lui Tanasis Fappas -ămîne, fără doar și poate, una

FESTIVALUL NAȚIONAL

„CÎNTAREA ROMÂNIEI"

EDIȚIA A II-A

dintre cele mai nobile și triumfătoare demonstrații ale varietății infinite a acestei tematici, consacrate omului și vieții însăși.

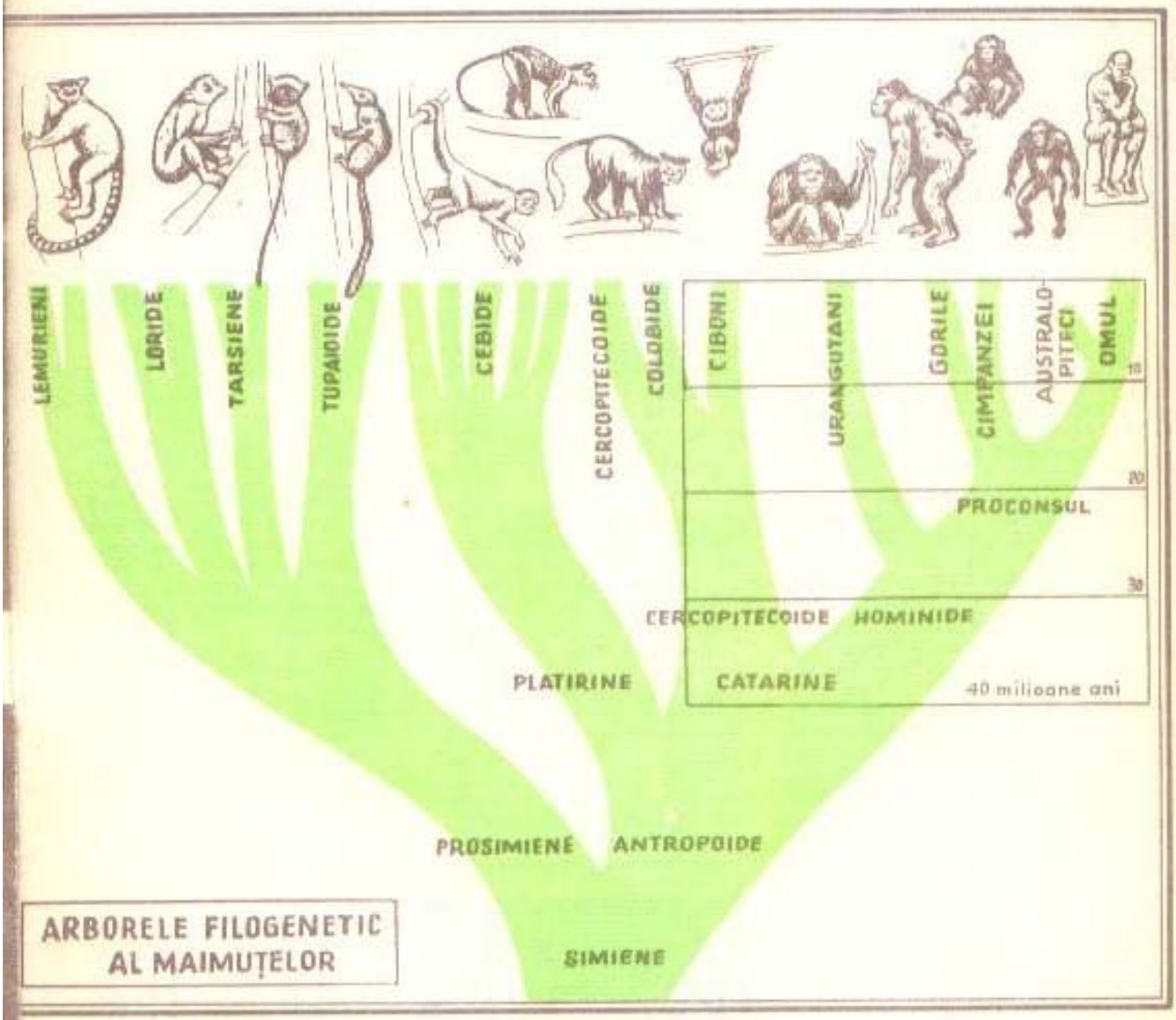
*

Intrînd într-o altă zonă a artei, mînuind uneltele unui alt meșteșug artistic, trecînd de la fluiditatea transparentă a culorii la tăriile pietrei și la strălucirea nemuritoare a marmurii, sculptorul Vasile Aciobăniței cere daltei să comunice același fior liric, aceeași vibrație sensibilă în fața miracolului maternității. Și iată că piatra i se supune și din fibra ei rece și puternică vine spre noi — în imagini din care sinteza a alungat detaliul de prisos și a epurat elementul epic, urmînd marea tradiție brâncușiană — metafora lirică a acestui fierbinte simțămînt omenesc care e dragostea de copil. De fapt, acest poet al marmurii, care e Aciobăniței, taie în piatră un întreg ciclu al vieții, exaltînd frumusețea formelor feminine, dar și a spiritului ei («Meditație»), trecînd apoi la evocarea forței pe care o poate aduna cuplul — el, bărbatul, și ea, femeia — în marea lor călătorie în doi prin viață, prin zborul lor, asemenea vîntului («Vînturile»), ca să ajungă la acele admirabile maternități («Alegorie», «Mama și copilul») — în prima lucrare, esențializarea mijloacelor de expresie ajungînd la o mare puritate și expresivitate, în cea de-a doua puterea sentimentului încălzind marmura fără nici o reținere, fără a fi urmărită de prejudecata sensibleriei. Vasile Aciobăniței a reușit, poate mai mult ca alții, să transmită acest monumental miracol al vieții și iubirii, al maternității în lucrări de dimensiuni mici, care se adaptează spațiului intim al existenței noastre și care ne pot mîngîia retina și înălța spiritul în toate ceasurile existenței noastre diurne.

SANDA FAUR

Două din «Maternitățile» lui Vasile Aciobăniței

Tanasis Fappas: «Mama»



ARBORELE FILOGENETIC AL MAIMUȚELOR

RĂSPUNSURI NOI LA ÎNTREBĂRI VECHI ÎN TEORIILE EVOLUȚIEI UMANE

O performanță științifică care contrazice legile biologice a fost realizată nu demult. O bacterie oarecare a fost pusă «să producă» un hormon uman. Bacteria a fost transformată într-o mică uzină capabilă să producă o substanță pe care n-a «visat» niciodată s-o producă. Este vorba de un hormon sintetizat în creier, cu funcții nu prea bine cunoscute încă, somatostatina-genă ce a fost transferată în bacterie. În alte laboratoare au fost transferate, tot în bacterii, genele unor virusuri sau genele altor bacterii. Sîntem astfel în pragul unor descoperiri revoluționare, care ne vor permite să controlăm drumurile evoluției. Oamenii vor putea deci decide ce specii să apară. Ceea ce evoluția nu ar fi realizat niciodată vom realiza noi, pămîntenii.

Dar să ne întoarcem la marele succes al evoluției: viața

La întrebarea «Cum a apărut viața?» De ce o celulă banală a devenit începutul a tot ce a însemnat și înseamnă viață? Și cum a apărut omul, marele succes al evoluției? Nu, nu au fost abandonate nici vechile întrebări, pentru al căror răspuns definitiv se adună din ce în ce mai multe dovezi, mereu mai convingătoare, ce vin să întărească presupunerea că viața poate să apară oriunde găsește un minimum de condiții prielnice. Pămîntul este astfel, după ipotezele de ultimă oră, doar unul dintre nenumăratele colțuri ale universului care a văzut nașterea și apoi explozia vieții. Se spune că numai în galaxia noastră ar exista cel puțin 200 de milioane de planete capabile să adăpostească viața. După alte estimări numărul lor ar fi mult mai mare.

Cercetările ultimilor ani au demonstrat că în spațiul cosmic se pot sintetiza numeroase molecule organice, printre care și aminoacizii, elementele structurale ale proteinelor. Aceleași substanțe au fost obținute și în laborator, în condiții similare celor existente pe pămînt acum aproape patru miliarde de ani. Putem presupune deci că viața putea să înceapă cu substanțe formate pe mica noastră planetă sau aduse de meteoriți din spațiul cosmic. Studiul biochimic al cîtorva meteoriți a demonstrat că ei pot transporta elementele primordiale ale vieții.

Firește, evoluția implică un număr imens de întîmplări. Orice modificare pe scena evoluției este rezultatul întîmplării. Dacă întîmplarea, și deci și modificarea genetică — pentru că evoluția nu ar fi posibilă fără ca organismele să fi avut un univers genetic capabil să asigure în același timp stabilitatea speciei, dar și transformarea ei —, este utilă speciei, aceasta se va fixa, dacă nu, va fi eliminată.

Apariția omului este și ea rezultatul unui simplu accident genetic. Atît. Dintr-o maimuță — dintr-o specie de maimuțe, mai exact — care avea 48 de cromozomi, s-a desprins, prin fuzionarea a doi cromozomi, un mic grup de maimuțe similare speciei din care au plecat. Aceasta se întîmpla acum 20 de milioane de ani. Din aceeași specie «punct de pornire» s-au detașat mai tîrziu și marile maimuțe contemporane. Nimeni nu se mai îndoiește că a fost așa. Este suficient să se studieze cromozomii omului și ai marilor maimuțe pentru a vedea că ei prezintă impresionante asemănări. Mai mult, numeroase gene — unitățile elementare ale universului genetic — sînt situate pe aceiași cromozomi și la om, și la cimpanzeu, și la gorilă. Încă un argument, aproape surprinzător, există diferențe extrem de mici între structura proteinelor omului și cimpanzeului. S-a ajuns la concluzia că 99 la sută dintre genele noastre sînt identice cu cele ale cimpanzeului. Nu se poate imagina o dovadă mai concludentă a originii noastre comune. Și totuși, deosebirile dintre noi și cimpanzeu sînt mari. Ele sînt expresia ordonării diferite a aceluiași material genetic sau a intrării în funcțiune a genelor în momente oarecum diferite ale dezvoltării individuale.

Dealtminteri noi avem gene asemănătoare genelor tuturor ființelor. Firește, cu atît mai puține cu cît sîntem mai îndepărtați filogenetic, dar totuși păstrăm ceva din îndelungata noastră evoluție. Avem gene pe care le au și iarba, și fluturii, și leii, și vulturii. Nici nu putea fi altfel. Evoluția a fost un proces îndelungat, în cursul căruia au fost «încercate» numeroase soluții. A fost păstrată definitiv cea mai bună. Genetica a adus cea mai sigură dovadă a originii comune a tuturor speciilor.

S-a crezut mult timp că evoluția omului a fost simplă. S-a crezut că la început a fost o maimuță care a evoluat și a devenit o maimuță-om și apoi a devenit mai tîrziu om. Istoria a fost însă mult mai complicată. În Africa de acum 4 sau 5 milioane de ani, mai multe specii de maimuță încercau să treacă pragul umanizării. S-au descoperit pînă acum cel puțin 4 tentative de umanizare. Cu o singură excepție, toate au eșuat după ce au fost contemporane sute sau chiar milioane de ani, mai exact 2 milioane de ani, cu linia care avea să ducă la omul modern. Pe scena evoluției au apărut succesiv trei specii homo: Hominidele timpurii, Homo erectus — specie care include lumea pitecantropilor, a sinantropilor, acum cel puțin 1 milion de ani — și ultima, Homo sapiens, care a intrat pe scena evoluției «relativ recent», în urmă cu 100 000 de ani. Transformările au fost progresive, mersul biped s-a ameliorat, craniul a crescut, fața s-a umanizat.

De cîteva zeci de mii de ani, omul nu a mai suferit transformări importante. Și se poate afirma cu siguranță că nici nu va cunoaște modificări majore — va fi doar ceva mai înalt, va trăi mai mult... Dacă nu cumva îl vom transforma noi... așa cum îl vom putea modifica, în ipoteza amintită mai sus, într-o direcție ce va fi avantajoasă lumii viitoare.

În același timp încercăm să intrăm în contact cu celelalte civilizații ale universului. Poate într-o zi le vom descoperi sau ne vor descoperi și vom avea certitudinea că viața este un fenomen obișnuit în univers, iar noi, oamenii, doar una dintre infinitele forme pe care le poate îmbrăca.

C. MAXIMILIAN,
Institutul de endocrinologie

UN NOU ANTIBIOTIC?

În Statele Unite a fost descoperită o nouă substanță care distruge bacteriile. Biologii de la Cambridge (Massachusetts) au constatat că limnoria, un gen de crustacee care produc pagube serioase digurilor și pilonilor din lemn, perforîndu-i, secretă un produs chimic cu o putere bactericidă mai mare decît oricare din antibioticele cunoscute pînă acum.

Micile crustacee folosesc această substanță pentru a ucide bacteriile existente în lemnul umed cu care se hrănesc. Savanții nu posedă încă suficiente cunoștințe asupra acestei substanțe — care nici nu are încă un nume — pentru a putea spune dacă ea poate fi utilizată în terapeutică.

DRUMUL ANEVOIOS AL MATERIEI, DIN NATURĂ PÎNĂ ÎN... FARFURIE

Pînă cînd o să tot fim la cheremul naturii în ceea ce privește hrana? Altfel spus, creșterea animalelor hrănite cu substanță vegetală — 10 kilograme de proteine vegetale pentru a obține un kilogram de proteine animale! — este singurul mijloc de a ne asigura o hrană corespunzătoare din punct de vedere calitativ?

● ȘI CIUDĂȚENIILE SÎNT BUNE LA CEVA!

Atunci cînd se discută — indiferent la ce nivel, sub care aspect și cu ce argumente — despre prezentul și viitorul alimentației, piesa de bază a discuției o constituie proteinele. Studiindu-le, oamenii de știință au constatat că ele pot fi asemuite cu niște lanțuri ale căror verigi sînt aminoacizii, acizi de un tip special, care își datorează numele prezenței radicalului «amino» ($-NH_2$). Pe aceștia, chimia îi cunoaște de multă vreme, cam de un secol și jumătate, chiar înainte ca chimistul olandez Gerald Müller să dea proteinelor numele pe care acestea îl poartă. Dar nimeni nu le-a acordat atunci prea mare importanță. În fond, asemenea episoade au fost multe în istoria științei. (Nu a afirmat, oare, marele chimist englez Rutherford, în momentul descoperirii radioactivității, că omului nu-i va putea servi la nimic acest fenomen?). Există însă în acest domeniu, al proteinelor și aminoacizilor, o mare ciudățenie a naturii. În timp ce se arată extrem de zgîrcită în producerea de proteine, aminoacizii îi oferă cu largheță. Totodată, omul s-a dovedit capabil să-i sintetizeze cu destulă ușurință, inclusiv pe cei așa-numiți esențiali, pe care organismul uman nu-i poate sintetiza. Cu alte cuvinte, natura e dispusă să pună la dispoziție materia primă, dar «bucătăria» o face mai greu. De aici și ideea oamenilor de știință francezi de la Universitatea din Limoges, aceea de a crea o «bucătărie» a infinitului mic, în care aminoacizii să fie transformați în proteine, singura formă sub care aceștia pot fi folosiți în hrana omului.

● CÎTE COMBINAȚII SÎNT POSIBILE?

Pentru a realiza sinteza proteinelor, celula vie dispune de un mecanism extrem de complex și delicat. Grație structurii lor chimice, aminoacizii se pot prinde unul de altul, ca și vagoanele unui tren. Cîteva zeci sau cîteva sute de asemenea molecule formează un lanț sau mai multe, adică o proteină. Numărul exact al aminoacizilor și felul în care sînt dispuși fac ca proteina rezultată să aibă o identitate proprie, bine definită. În regnul animal există aproximativ 5 milioane de proteine neidentificabile cu vreuna din sutele de mii din regnul vegetal.

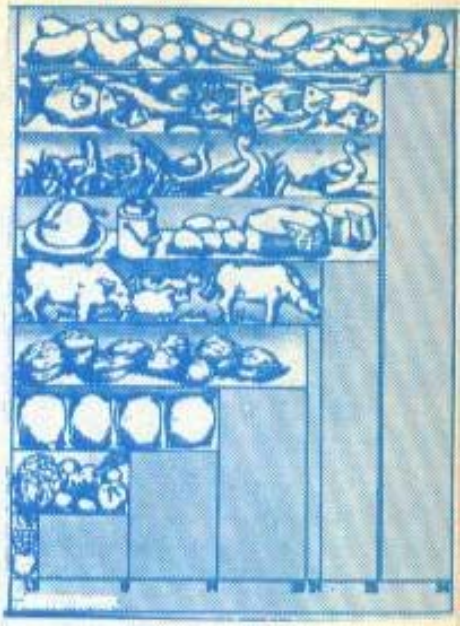
Pentru a face mai ușor înțeleasă complexa structură a proteinelor, în funcție de numărul și așezarea aminoacizilor, diverși autori au recurs la comparația cu un text format din cuvinte și litere. Comparația este foarte comodă pentru că — să nu uităm — întreaga literatură a fost scrisă doar cu literele care compun alfabetul. Dar în cît de multe feluri se pot combina aceste litere pentru a alcătui cuvinte, cuvintele pentru a forma propoziții, fraze și așa mai departe?

La fel se petrec lucrurile și într-o moleculă de proteină. De aceea, numărul proteinelor care se pot forma din cei 23 de aminoacizi este, practic, infinit. S-a făcut și un calcul interesant: presupunînd că cei 23 de aminoacizi ar fi folosiți toți, în egală măsură, pentru a forma un lanț proteic cu 1 000 de molecule de aminoacizi, combinațiile posibile ar fi reprezentate de un număr alcătuit din 900 de cifre!

● DE FAPT, HRANĂ DIN AER...

Este, așadar, lesne de înțeles că ceea ce și-au propus cercetătorii de la Universitatea din Limoges nu e un lucru tocmai simplu. De aceea ei au recurs la «serviciile» celulei vii, care de miliarde de ani asta face: rînduiește aminoacizii în molecule de proteine. Ideea de bază a fost aceea de a folosi «celule domesticite», a le pune la dispoziție materia primă necesară, adică «aminoacizi sintetizați în laborator, și a le obliga să fabrice proteine.

Pentru primele experiențe au fost utilizate celule din embrionul de grîu, celule tinere, deci foarte active. Ele au fost supuse centrifugării, astfel încît să fie înlăturat nucleul, dar să fie menținut mecanismul cu ajutorul căruia celulele sintetizează proteine. «Totul s-a desfășurat așa cum prevăzusem — afirmă profesorul Raymond Julien. Aminoacizii s-au așezat în ordinea necesară și astfel am obținut proteine identice cu cele ale bobului de grîu».



Carnea nu este singurul furnizor de proteine.

Mergînd mai departe, cercetătorii au sintetizat, pe aceeași cale, proteine care în natură nu există și care dispun de diverse însușiri nutritive, potrivit unor necesități anumite. De pildă, proteine «de grîu», dar cu valoare nutritivă mai mare decît cele naturale.

În viitor — este de părere profesorul Julien — va fi posibilă utilizarea ca unelte în «bucătăria infinitului mic» a bacteriilor, organisme unicelulare, care se pretează la un asemenea proces, așa cum au demonstrat-o procedeele folosite pentru producerea de proteine din bacterii, din drojdii sau alge cultivate în medii nutritive. Deosebirea între aceste procedee și cel propus de cercetătorii francezi este însă esențială: noul procedeu folosește ca materie primă aminoacizi de sinteză, obținuți din elemente chimice aflate din abundență — practic, inepuizabile — în sol și în aer: carbon, hidrogen, oxigen, azot. Se pare că tocmai această caracteristică a metodei, abundența materiei prime utilizate, este hotărîtoare, căci, indiferent de ingeniozitatea unui procedeu, cheltuielile sînt cele care decid. Vor fi ele de partea noii descoperiri, care scurtează mult drumul lung și anevoios pe care materia îl străbate de la formele ei elementare pînă la farfuria omului?

ADRIAN COSTA

Dans ritual african.

MAGI, ŞAMANI, SOLOMONARI

În forme, condiţii şi nume variabile între epoci şi teritorii, societăţile (sau grupurile sociale) primitive nu s-au dispensat niciodată de magie. Magia este un sistem ceremonial de acţiuni — determinate de credinţa omului neinformat, naiv şi cu o raţiune lipsită de exerciţiu milenar — asupra forţelor supranaturale din mediul ambiental; aceste acţiuni se folosesc de căi oculte, uneori chiar de unele însuşiri speciale de care dispune cel ce le practică.

Firesc că magia se bizuie în primul rînd pe credinţa că există în natură forţe în sine, autonome şi raţionale (care se numesc, în genere, cu un termen melanesian — *mana*, corespunzînd altor denumiri locale, însă cu acelaşi conţinut: *monitu* la amerindienii nordici, *kami* la japonezi etc.); pe acestea, primitivul crede că o invocaţie magică le poate obliga să acţioneze în favoarea omului.

De timpuriu, credinţele au despărţit două categorii de magie: *albă* (consacrîndu-se tămăduirii bolilor, dirijării atracţiei erotice, atragerii vînatului şi peştelui spre vînători şi pescari, succesului acţiunilor războinice tribale etc.); şi *neagră* (socotită demonică şi caracterizîndu-se prin agresivitate intenţionată — de pildă, uciderea unui adversar prin străpungerea imaginii lui plastice sau prin incendierea unui obiect ce îi aparţine).

James George Frazer observase în magie caracterul ei de «sistem fals de legi naturale» şi de «călăuză amăgitoare», tot aşa precum şi faptul că magia este «o falsă ştiinţă şi o artă avortonă». Cert este, independent de polemicile de cîteva secole asupra unei definiţii mai convenabile, că magia — dincolo de marile derute create în gîndirea omenească naivă, timpurie, şi de falsul evident pus în circulaţie la indivizii cu mentalitate primitivă din societăţile evoluate — a avut, în zorii civilizaţiei, şi o latură pozitivă, nu numai prin faptul de a fi practicat o medicină populară simptomatică, întemeiată pe observarea obiectivă a efectului curativ al unor plante (buruieni de leac, cum se numesc folcloric, sau plante medicinale, cum le numeşte medicina ştiinţifică modernă), dar şi pentru că a atras întrucîtva atenţia asupra fenomenelor obiective; căci, deposedate de balastul magic, şi medicina populară, şi observarea naturii s-au transformat apoi în discipline ştiinţifice dirijate de raţiunea umană modernă.

În antichitatea marilor civilizaţii, magia a stat la loc de cinste, împletită cu sistemul religios şi administrativ de stat. De pildă, în Egipt, magia (patronată de zeul Thot şi de zeiţa magiciană Isis) avea chiar un caracter defensiv, magii egipteni socotind că pot proteja pe oameni împotriva furiei zeilor, dar mergînd şi mai departe, întrucît îşi imaginau că pot, la dorinţă, să oprească din mersul ceresc soarele şi luna, să producă ori să curme catastrofe ş.a. Totuşi, la adăpostul magiei sacre, preoţii egipteni au dezvoltat o magie medicală interesantă, mergînd chiar pînă la tratamentul unor maladii prin somn hipnotic. La Babilon, magia fusese instituţie de stat (celebra magie caldeeană); regii (de pildă Hammurabi) întreţinînd magi la curte şi socotindu-i emisari ai marilor zei Ea şi Marduk; e interesant de menţionat că printre obiectivele magilor babilonieni era, pe lîngă lupta contra răului şi demonismului, şi o luptă stăruitoare împotriva vrăjitorilor vulgari (codul lui Hammurabi interzicea vrăjitoria, aceasta bizuindu-se mai ales pe magia neagră). În China antică, magia s-a împletit strîns cu medicina homeopatică. Bineînţeles, pretutindeni magii îşi asumau şi răspunderi oraculare sau se credeau în stare să producă miracole; aşa, în Grecia clasică exista credinţa că unii magi tessalieni pot, prin incantaţii, să atragă luna pe pămînt, retrimiţînd-o în cer printr-o imensă larmă produsă de diferite instrumente de aramă. Meritä remarcat că, printre atribuţiile oraculare, magia Ame-

ricii precolumbiene folosea ghicitul în boabe de porumb (practicat azi, la țară, de șarlatani). Iar în evul mediu european, împletită cu astrologia, magia (reprezentată de figuri semilegendare ca Nostradamus, doctorul Faust) căpătase un imens prestigiu, în ciuda irațională pretențiilor (levitația, fabricarea aurului și banilor din orice, aducerea într-o casă germană a... Elenei din Troia ș.a.).

În religiile tribale primitive, magii de treaptă inferioară, și totodată sacerdoți, oficianți ai cultului religios, se numesc *șamani* (după un cuvînt tungus); șamanul e socotit de trib (de aceea respectat și ascultat) drept un om superior, în legătură directă cu forțele anonime *mana* din natura înconjurătoare, pe care forța lui particulară le poate supune și influența; într-adevăr, șamanul e un vrăjitor primitiv, uzînd în exercițiul său magic de dansul ritual, ducînd uneori la forme de stres psihic (ca la corybanții antici sau la vrăjitorii tribali africani), precum și de tobă (numită în Asia nordică «tungur») și care poate fi orice: cal, vehicul astral, divinitate. Uneori drogîndu-se (ca în America precolumbiană, cu ciuperci halucinogene, ocrotite de zeul Teonanacatl, sau ca la sciți, cu fum de semințe de cînepă), alteori căzînd în extaz, comunică fraze incoerente (ca Pythia oracolului delfic, la greci), cu pretenții profetice.

Vrăjitoria primitivă s-a manifestat și în tradiția noastră folclorică, în persoana *solomonarilor* (termen derivat de la biblicul Solomon), care se situau între șamanism și magia albă; oamenii îi socoteau învestiți cu puteri supranaturale, avînd deci raport cu duhurile și, ca atare, capabili să încalece pe balauri, să facă ascensiuni atmosferice, alungînd norii de grindină, să excomunice, cu ajutorul exorcismului și mai ales al buruienilor de leac, maladiile «demonice» dintr-un suferind ș.a. Iar vrăjitoria (pretinzîndu-se posesoarea magiei negre, vîndute «diavolului») ce se mai practică azi în unele medii credule nu este decît șarlatanie, nu e nici măcar medicină empirică populară, ci numai ceea ce condamnase încă acum cîteva milenii Hammurabi în vestitul său cod juridic babilonian.

VICTOR KERNBACH

ERORILE TRAGICE ALE FANATISMULUI

Poliția din New York a stat în alertă două luni, timp în care cei mai versați agenți s-au străduit să descopere autorul unor enigmatice crime. Victimele — trei copii, între doi și patru ani, găsiți fără viață într-un depozit de fiare vechi. De la primele cercetări s-a stabilit că micuții pieriseră de inaniție, la mică distanță în timp unul față de celălalt. Amănuntul a dus la două supoziții privind făptașul. Se bănuia că acesta ar putea fi un nebun, care ar fi răpit și sechestrat copiii, lăsîndu-i apoi flămînzi, sau că micuții fuseseră supuși unor ședințe repetate de exorcism de către fanatici religioși. Dar, dincolo de aceste ipoteze, cercetările nu avansau, întrucît nimeni nu reclama dispariția copiilor. Curînd afacerea a intrat în impas, cu toată tenacitatea agenților. Iată însă, o patrulă de poliție a descoperit, într-o noapte, în plină stradă, trupul unei femei. S-a crezut că era moartă, dar medicul legist chemat la fața locului și-a dat seama că aceasta încă mai dădea semne de viață. Transportată la spital, femeia — care suferise un traumatism cranian — și-a revenit după o perioadă de timp, declarînd poliției că a fost lovită de chiriașul ei, un anume Thomas. Acesta s-a înfuriat cînd victima i-a cerut să-i achite chiria datorată și pentru cei trei copii, refuzînd-o sub argumentul că micuții locuiesc în cer, nu la New York. S-a crezut că individul era un nebun periculos, poliția apelînd la un ospiciu pentru capturarea lui. Dar Thomas dispăruse de la domiciliu, împreună cu întreaga familie. Cum s-a aflat că agresorul era membru al unei secte mistice, i s-a luat repede urma, fiind găsit în casa unui alt coreligionar. Tocmai la timp, deoarece în momentul descinderii mai mulți fanatici supuneau la torturi un copil, lăsat să «postească» de aproape o săptămînă. Individul s-a recunoscut imediat ca autor al atacului împotriva proprietăresei sale. El a mărturisit, de asemenea, că, împreună cu mai mulți adepți ai sectei din care făcea parte, și-a supus copiii la suplicii, lăsîndu-i să moară de foame, sub pretextul că «astfel purificați vor ajunge în cer».

În ultimul timp, ziarele occidentale relatează despre o mulțime de asemenea tragice întîmplări, petrecute în Europa și America, consecințe ale fanatismului religios. Mai multe gazete din R.F.G., scriind despre

Zilnic familia este supusă are în șir acestui ritual.

ȘTIAȚI CĂ ORGANISMUL DISPUNE, PRACTIC, DE TREI INIMI?

În urma descoperirii circulației sîngelui de către doctorul Harway, se știe că inima joacă rolul de pompă a sîngelui (o pompă aspiratoare-propulsoare, cu funcție automată, incontrolabilă prin voința omului), că sîngele este mediatorul și vehiculatorul tuturor substanțelor din organism și că numai printr-o bună circulație a sîngelui se pot asigura organismului condițiile optime de funcționare.

Ulterior, învățătura indiană yoga despre respirație atrage atenția asupra celei de «a doua inimi», diafragmul, mușchiul ce desparte toracele de abdomen, și care prin urcarea și coborîrea lui continuă constituie și el o pompă, ce vine și întregește acțiunea inimii propriu-zise, prin masajul ritmic atît al viscerelor din abdomen cît și al plămînilor, acționînd energic asupra circulației sîngelui, propulsîndu-l spre inimă. Dacă inima are o funcție automată, neputînd acționa în mod voit pentru ameliorarea circulației sanguine, în schimb asupra funcției respiratorii a diafragmului putem interveni. Cum? Prin exerciții respiratorii zilnice. Se cunosc cazurile unor bolnavi de inimă din rîndul cîntăreților de operă, longevivi, care au o funcție cardiorespiratorie surprinzător de bună tocmai datorită faptului că prin cîntat ei pun în mișcare această «a doua inimă», adică pistonul diafragmatic.

Organismul mai dispune însă și de o «a treia inimă», sau pompă externă, care practic nu există, dar fiecare și-o poate crea. Cum? Prin tehnica masajelor, a frecțiilor și mai ales a COMPRESIUNILOR, aplicate pe extremități, ca și pe întreaga suprafață a corpului. Astfel se acționează nu numai asupra circulației sîngelui, dar și asupra celei limfatice, cu condiția să fie activate zilnic, în mod mecanic (prin exercițiile amintite). Cu atît mai mult cu cît prin modul nostru de viață actual, care implică din ce în ce mai puțină mișcare și acțiuni fizice reduse, sîngele și limfa ajung să circule din ce în ce mai greoi la periferia corpului. Or, fără reînnoirea și primenirea mediului lichid în care se scaldă celulele și fără mobilizarea mecanică a deșeurilor, a așa-zisei «rugini biologice», ce impregnează toxic organismul, începînd de la periferie spre interior, înlesnim instalarea, lentă dar sigură, a îmbătrînirii timpurii a organismului.

Importanța excepțională a acționării externe, mecanice, a circulației apare cu deosebire în cazul bolnavilor cu maladii cronice, ce se recrutează în marea lor majoritate din rîndul diatezicilor ca și din rîndul hidrogenoizilor în al căror organism, circulația limfatică insuficientă duce la reținerea excesivă a apei și odată cu ea a deșeurilor biologice, implicit la încetinirea schimburilor celulare.

În ultimii ani s-a demonstrat că mult temuta sclerozare, arterioscleroza, nu este altceva decît un proces de trombozare, de închegare a sîngelui în zone punctiforme și extrem de numeroase (micro-poli-trombozări) care, ulterior, prin organizare și hialinizare, ne apar în forma finală cunoscută nouă de sclerozare — proces care scoate din funcțiune, în mod difuz și lent, țesuturi, organe și sisteme.

A fost demonstrat științific că trombozele postoperatorii nu mai apar dacă se aplică pe extremități *compresiuni* repetate cu garoul, manșeta tensiometrului sau pur și simplu prin strîngerea mîinilor pe extremități.

În mod analog, compresiunile aplicate la picioare și mîini, într-o manieră asemănătoare celei a «stoarcerii unui bure-

---

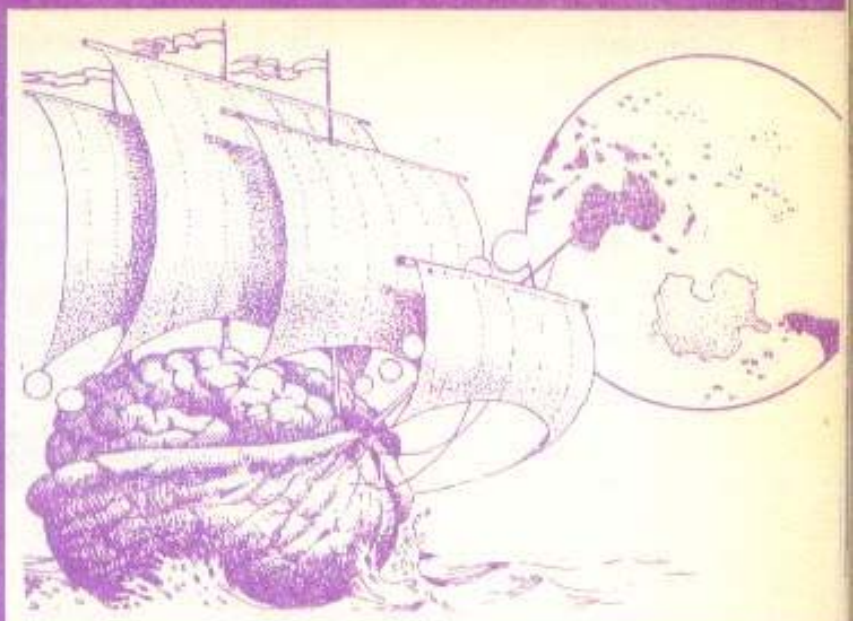
o neobișnuită afacere criminală, avînd ca autori un grup de fanatici, atrage atenția asupra gradului de periculozitate socială a unor asemenea indivizi, care atentează asupra libertății umane, în numele credinței religioase. Unul dintre cazurile descrise și care a reținut atenția opiniei publice din R.F.G. timp de mai multe luni în cursul anului 1978 este zguduitor și alarmant prin tragismul său. Începînd din anul 1954, Annelise Michel, din Klingerberg, a fost supusă de părinții săi unor continue sedințe de «alungare a demonilor», fiind bătută la sînge, înfometată și lăsată în frig. Sigur că, după asemenea maltratări, psihicul și trupul fetei au avut de suferit, astfel încît, ajunsă la vîrsta școlară, ea a început să facă repetate crize de spasme, care — după opinia părinților — constituiau o «dovadă» că «demonul care se afla în trupul copilului se zbătea, împotrivindu-se să iasă». Medicul școlii, constatînd că fata suferea de epilepsie, a sfătuit pe părinți să o interneze într-un spital, fără să fie însă la curent cu practicile acestora. Fata a crescut, dar nu mai părăsea casa. Anul trecut, un anume Adolf Redewyk din Frankfurt/M, autor al unor cărți de așazisă demonologie, a hotărît — solicitat de părinții lui Annelise — să recurgă la «marele exorcism», potrivit unui ritual din anul 1614. Astfel, urmînd «sfaturile» acestuia, fata a încetat să mai mănînce, în ideea absurdă că «demonul» din ea, înfometat, îi va părăsi trupul și se va vindeca. Cu un asemenea «tratament» a pierdut 30 de kilograme în decurs de o lună și a murit sub «supravegherea» propriilor săi părinți, ca și a expertului adus de la Frankfurt. Nu s-a depus nici o plîngere împotriva acestuia din partea familiei defunctei. Dar justiția a fost sesizată asupra acestui caz ieșit din comun, «care batjocorește, în numele religiei, demnitatea umană și normele convietuirii sociale», după cum arată o revistă din Hamburg. Deferiți tribunalului, autorii crimei au fost condamnați la diferite pedepse privative de libertate. Întreaga presă din R.F.G. s-a ocupat pe larg de desfășurarea procesului, exprimînd indignarea unanimă față de neîngăduita toleranță ce se arată uneori față de astfel de fanatici. Dealtfel, reacția opiniei publice a fost deosebit de violentă. Mii de oameni au înconjurat clădirea tribunalului, poliția fiind nevoită să ia măsuri speciale pen-

tex», și le pot aplica, zilnic, și oamenii sănătoși, în scopul prevenirii formării acestor micropoli-trombozări, ce par a nu fi fiziologice, în procesul îmbătrînirii precoce. Efecte bune în prevenirea lor sînt obținute și prin consumarea zilnică de tărîțe crude de grîu (1-2 linguri) presărate în lapte, iaurt, supă, salate, sosuri, limonadă, apă etc. ca și prin adaosul de vitamina E naturală în alimentație, cea mai bună sursă nutritivă bogată în această vitamină fiind grîul încolțit (1-2 linguri pe zi).

Apoi, cea de a «treia inimă» mai poate fi activată zilnic, o dată sau de două ori pe zi, dimineața și seara, făcînd *GIMNASTICA CU PROSOPUL* stropit cu apă și cîteva picături de oțet de fructe. Apucîndu-l de colțuri, ne fricționăm bine spatele, pieptul, abdomenul, apoi trecem la mîini și picioare, fricționînd de jos în sus, combinînd fricționările cu compresiunile (tot cu prosopul sau cu mîinile) de la extremitățile membrelor înspre umăr și respectiv șolduri, pentru a înlesni circulația sanguină limfatică înspre inimă. Avem grijă să masăm mai bine următoarele zone: pieptul, în partea inimii, ganglionii limfatici de la subsuori, plica ingvinală (sau stinghia piciorului) și gleznele, pielea capului, fruntea, ceafa, urechile, iar fața și ochii să fie masate și la bărbați.

Astfel mînuind prosopul, facem, în același timp, și o *gimnastică* neplictisitoare, a cărei nevoie o vom resimți zilnic, ca pe o reconfortare.

Dr. DORIN GUTU



DIN ENIGMELE CREIERULUI UMAN

Emisfera dreaptă a creierului percepe spațiul, dirijează îndeminărea manuală, aplicativitatea spre tehnici și științe exacte. Din preistorie încă, bărbații s-au servit mai mult de comenzile dirijate, deci de această emisferă. Pentru ei, detectarea originii unui zgomot sau fosnet, aruncarea cu precizie a armei spre pradă erau probleme de viață și de moarte. Mai dezvoltată la femei, emisfera cerebrală stîngă comandă logica și vorbirea.

Orientarea spațială comandată de creierul bărbătesc a fost surprinzătoare încă din antichitate. Primii navigatori care plecau în descoperirea noilor continente nu foloseau hărțile marinărești de mai tîrziu. Atunci reperele geografice erau înscrise în creierul corăbierilor? Se presupune aceasta, deoarece oricare ar fi fost sensul sau viteza derivelor, echipajele se îndreptau cu precizia păsărilor călătoare.

tru a feri pe criminali de la linșaj.

Cele două tragice întîmplări au o trăsătură comună, aceea a mobilului care le-a provocat — fanatismul generat dintr-o pornire mistică exagerată, din înstrăinarea unor indivizi de realitatea vieții, din refuzul acestora de a apela nu la forțe himere, ci la cunoașterea umană, singura capabilă să dea soluții viabile. Aceste cazuri, care nu sînt singulare, dovedesc încă o dată că misticismul nu constituie de fel o garanție a comportamentului moral. Sigur, este greu de apărat — în condițiile apariției acestui fenomen criminal și inuman al exorcismului — teza raționamentului de natură spirituală, pe care o invocă adepții numeroaselor secte apărute mai pretutindeni în Occident. O asemenea proliferare a sectelor nu este nicidecum efectul creșterii «conștiinței», cum încearcă să afirme unii, ci rodul unei puternice stări de insecuritate, generată de sistemul social din țările occidentale, de gradul nebănuit de mare al «inculturii și obscurantismului unor mase imense de oameni, cărora le este refuzat, pe criterii pecuniare, accesul la știință și cultură. Sigur că unor indivizi inculți, dominați de superstiții și credințe aberante, de tradiții, conservatorism și inerție, realitatea descifrată prin ochii limpezi ai cunoașterii științifice li se pare greu de înțeles și adesea negată, denaturată. Se ajunge, uneori, așa cum au evidențiat procesele afacerilor criminale de la New York și Klingerberg, la credințe paradoxale. De exemplu, s-a relevat același element de apărare, susținut de criminali, anume faptul că ei au acționat în numele credinței, din dorința de a săvîrși binele. Numai că acest bine se numește crimă, fiind rezultatul exacerbării poruirilor mistice, speculate de inventatorii unor noi «religii», în realitate șarlatani la drumul mare. Semnificativ este un caz petrecut în Italia, care pare subiectul unei tragicomedii. Speculînd incultura, spaima mistică, superstiția și chiar prostia unor țărani sicilieni, un individ, care se autointitula profet, a creat în jurul lui faima de «om sfînt». El pretindea pentru rugăciuni taxe diferite, stabilite în funcție de «gravitatea» necazurilor credincioșilor. Cum necazurile sînt necazuri, fiecare rezolvîndu-le cum poate, curînd cîțiva păcăliți s-au adresat justiției, șarlatanul fiind arestat. Asupra lui s-au găsit mari sume de bani, prețul ignoranței credincioșilor.

GH. PĂUNESCU

ORDINATORUL DE UZ CASNIC

Un ciudat personaj a intrat în epocă, cerînd acces printre obiectele familiale: ordinatorul de uz casnic. Şi indiferent dacă i se deschide sau nu, a face cunoştinţă cu ei nu costă nimic.

Aşadar, să facem cunoştinţă!

De mărimea unei banale maşini de scris portative — să ne gîndim cam cît timp a trecut de cînd o asemenea maşină de scris a început să fie considerată o banalitate? —, avînd greutatea de aproape 5 kilograme, ordinatorul de uz casnic este un aparat complex, de vreme ce e înzestrat şi cu un ecran de vizualizare, un aparat care «ştie» să facă o mulţime de treburi: să ţină socotelile bugetului familiei, să calculeze impozitele — lucru care în multe ţări e destul de complicat —, să pună în funcţiune şi să oprească la momentul dorit maşina de spălat rufe, televizorul, magnecofonul şi alte aparate. Acestea sînt utilizările de rutină. În plus, ordinatorul familiei poate fi folosit la învăţarea limbilor străine, a ortografiei, a matematicii. În postură de profesor, ordinatorul e cam... rece — se afirmă. Totuşi, în strădania de a-l umaniza cît de cît, creatorii l-au înzestrat cu capacitatea de a... zîmbi sau de a se încrunta. Dacă răspunsul elevului la întrebarea afişată este bun, pe ecran apare un zîmbet (electronic şi el, firesc), dacă e greşit, figura compusă din puncte şi linii se încruntă.

Dacă în familie există un cercetător, ordinatorul îi poate face calcule extrem de complexe sau statistici şi afişează rezultatele fie sub formă de text, fie în aceea a unui grafic în 15 culori diferite.

Dar indiferent de profesia membrilor familiei, ordinatorul de uz casnic ştie să distreze pe toată lumea, fiind un partener ideal pentru tot felul de jocuri... vizuale: tenis, fotbal, curse de automobile, «labirintul», «războiul stelelor» etc., care recreează şi destind persoane de toate vîrstele.

Într-un viitor nu prea îndepărtat, noi variante ale aparatului vor putea să răspundă la telefon sau să formeze numerele dorite.

ASPIRINA, O ARMĂ CU DOUĂ TĂIŞURI ●●●

O echipă de medici americani au publicat în «Journal of the American Medical Association» o concluzie neaşteptată în legătură cu utilizarea aspirinei de către persoane care au guturai. După două experienţe făcute pe 45 de subiecţi luaţi la întîmplare, specialiştii au demonstrat nu numai faptul că aspirina nu influenţează infecţiile virale ale guturaiului, dar că ea face să crească, sensibil, căile de diseminare a virusurilor (36%) pentru persoanele infectate cu rinovirus 21 şi 17% la subiecţii infectaţi cu rinovirus 25. Acest fenomen se explică prin faptul că acţiunea antiinflamatorie a aspirinei scade reacţia organismului prin infiltrarea ţesuturilor cu leucocite şi reacţia complexului antigene-anticorpi. Nefiind distrus pe loc, deci în căile respiratorii superioare, virusul se reproduce mai rapid în alte ţesuturi. Aşa se explică de ce gripaţii sînt mai contagioşi.

UN TRANCHILIZANT CARE NU DIMINUEAZĂ PERFORMANŢELE INTELECTUALE

Desigur că vi s-a întîmplat să luaţi un tranchilizant înainte de a vă prezenta la un examen sau de a avea o discuţie de o importanţă deosebită pentru dumneavoastră. În felul acesta aţi obţinut calmul necesar, dar în acelaşi timp performanţele intelectuale v-au fost diminuate prin acţiunea medicamentului asupra activităţii sistemului nervos central. Tranchilizantul ideal este acela care combate emotivitatea fără a stînjeni gîndirea. Un asemenea medicament pare a fi oxprenololul, după cum dovedeşte o experienţă întreprinsă de savantul britanic I.M. James şi echipa sa de specialişti în farmacologie clinică de la Royal Free Hospital din Londra. Oamenii de ştiinţă au măsurat efectele oxprenololului şi ale unui placebo (pilule care au aspectul medicamentului experimentat, dar nu conţin substanţa activă) asupra unui grup de 24 instrumentişti. Muzicienii care au luat oxprenolol au fost mai calmi şi mai mulţumiţi de performanţele lor interpretative. Acestea din urmă au fost apreciate de doi critici muzicali ca fiind mai bune sub efectul tranchilizantului.

ADEVĂRUL DESPRE AL 8-LEA CONTINENT, PACIFICA

Amos Nur, geolog la Universitatea din Stanford, şi Zvi Ben Abraham, de la Institutul Weizman din Israel, au făcut recent senzaţie la o conferinţă a American Geophysical Union din Washington, declarînd că acum 65 milioane de ani ar fi existat un al optulea continent, Pacifica. De două ori mai mare decît Australia, Pacifica, aşa cum au denumit-o cei doi geologi, era colată la Australia şi la Antarctica.

Prin ciocnire, ea s-ar fi dislocat în fragmente spre cele două Americi şi spre China, creînd lanţuri de munţi stîncoşi. Aceasta nu este, bineînţeles, decît o ipoteză şi este departe de a fi în general admisă.

VIAȚA RAȚIONALĂ, CA EXPRESIE A ÎNȚELEPCIUNII

Mult timp, în virtutea unei false înțelegeri, atunci cînd se vorbea despre viața rațională, se aveau în vedere doar problemele alimentației. Pe măsură însă ce modurile tradiționale de viață au fost modificate, ca să nu spun chiar buiversate, de rigorile civilizației mașiniste, și în special de ritmul alert al acestei civilizații, care a supus organismul uman unor probe dure de adaptare, în aceeași măsură s-a amplificat și paleta factorilor care pot influența calitatea vieții. Un ultim exeget al acestei complexe problematici, și anume Erik P. Eckholm, precizează în ultima sa carte, «The Picture of Health», respectiv «Tabloul sănătății», apărută în cursul anului 1977 la New York, că factorii care condiționează viața rațională sînt în număr de 7, și anume: ● A dormi 7—8 ore în fiecare noapte ● A lua masa de trei ori pe zi, la ore regulate ● A lua micul dejun în fiecare zi ● A menține în limite normale greutatea corporală ● A evita excesele alcoolice ● A face zilnic exerciții fizice ● A nu fuma. Alți autori consideră că factorii care condiționează viața rațională sînt mult mai numeroși. Mai mult decît atîta: *cu cît viața devine mai complexă și cu cît ne îndepărtăm mai mult de modurile originare de existență, cînd trăiam într-o strînsă comunitate cu fauna și cu vegetația, la sînul naturii, cu atît acești factori se vor multiplica.* În cele ce urmează ne este în intenție a ne focaliza doar asupra a doi dintre aceștia, în general mai puțin cunoscuți publicului larg. Este vorba despre ceea ce în medicină se cunoaște sub numele de silentiumterapie și de hipersomnie. Să explicităm, așadar, aceste aspecte mai puțin cunoscute de viață rațională.

Medicina modernă a rezervat liniștii și solitudinii un loc de mare cinste în vastul arsenal terapeutic de care dispune, mai ales în ceea ce privește sănătatea omului contemporan. Ritmul alert al civilizației noastre ultratehnicizate, neîntreruptul bombardament informațional, căruia permanent îi sîntem supuși, suprasolicitarea nervoasă, ca și stresul, ambianța sonică din ce în ce mai supărătoare etc. reprezintă coordonate absolut definitorii ale universului existențial contemporan. Într-un asemenea context este cît se poate de normal de a căuta cu ardoare noi posibilități, noi modalități terapeutice, care să pună existența umană în condiții de protecție și de revigorare.

Va trebui să recunoaștem, din capul locului, că zgomotul reprezintă în zilele noastre o noxă citadină de prim rang și multe orașe de pe mapamond, în special din perimetrul țărilor capitaliste, îi cunosc deja din plin urmările. Poluarea sonică a devenit o realitate concretă a lumii civilizate. Din acest motiv, o variată și proteiformă patologie și-a făcut apariția, aproape peste noapte, minînd fondul de sănătate publică. După statistici care se bucură de mare autoritate în lumea științelor medicale, *zgomotul este responsabil de unul din 3 cazuri din domeniul nevrozelor și de 4 din 5 cazuri din domeniul migrenelor.* Zgomotului îi sînt proprii însă nu numai modificări organice legate de deteriorarea analizatorului acustic și, în consecință, de diminuarea auzului, ci și de o serie de importante modificări de ordin psihic. În acest sens, s-a demonstrat că zgomotului îi mai sînt proprii favorizarea apariției stării de neliniște, de teamă nedefinită sau chiar de irascibilitate; a senzației de astenie sau cel puțin a unei stări greu de definit. Zgomotul diminuează apoi puterea de concentrare, memoria și creativitatea. El poate duce în mod silențios, lent și imperceptibil, la o veritabilă viciere a caracterului și a personalității, generînd mutații, uneori radicale, în habitusul fizic, dar mai ales psihic. Totuși, tot ce se petrece în domeniul psihopatologiei auzului este de obicei reversibil. În acest sens, s-a demonstrat că scoaterea unui individ dintr-o ambianță hipersonică și integrarea lui într-un cadru de liniște, reconfortant, se soldează, cel mai adesea, cu revenirea completă la normal, ceea ce este foarte important din punct de vedere practic.

Pentru a preveni rigorile hipersonicității, medicina modernă recomandă cu căldură practicarea intermitentă a unor cure de izolare și de sustragere din ambianța agresiunii sonice. *În contextul civilizației moderne, liniștea se identifică cu o autentică medicație.* Acestea sînt considerentele pentru care acest agent terapeutic, caracterizînd silentiumterapia, este recomandat cu insistență omului modern. *Liniștea, soliloc viul și singurătatea, precum și cufundarea consecutivă în meditație pun organismul în general și celula nervoasă în particular în favorabile condiții de refacere.* De aceea se impune ca fiecare dintre noi să avem, măcar din timp în timp, momentul nostru de retragere, de liniște și de singurătate; așadar, momentul nostru de silentiumterapie.

În acest context al curelor de liniște și solitudine este recomandabil ca pînă și telefonul să fie adus periodic la tăcere. Căci nimeni nu poate contesta faptul că telefonul înainte de a fi intercomunicare între oameni este zgomot, irascibilitate, neliniște și, foarte frecvent, chiar o evidentă stare tensională. Țîrîitul său, deși armonios și tolerabil în aparență, se transformă uneori în sonorități disecante prin insistența, ritmicitatea și autoritatea cu care ne cheamă la ordine. Din clipa primului semnal sonor acest aparat induce în existența noastră o anume responsabilitate. *Sînt realmente momente cînd avem impresia că telefonul ne intră pur și simplu în burtă, ca și în*

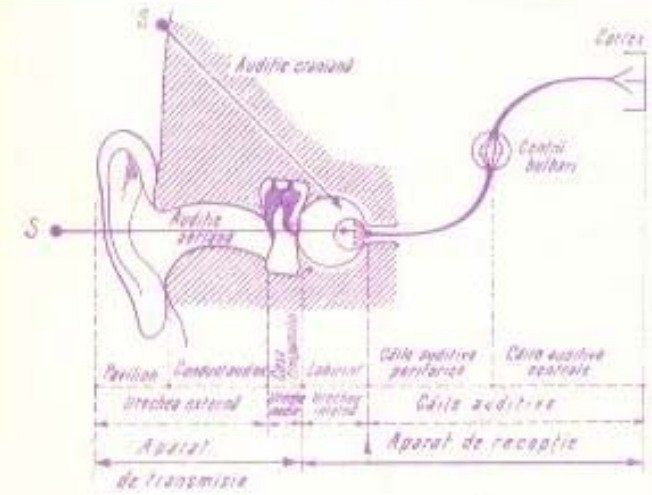
creier. Telefonul își are negreșit porția sa de imixtiune în dezechilibrarea diverselor sisteme și funcții ale organismului. Hipertensiunea arterială, cardiopatia ischemică, ulcerele gastroduodenale sînt numai cîteva mostre dintr-o variată patologie care poartă amprenta mai mult sau mai puțin consistență, și mai mult sau mai puțin vizibilă, a acestui agent stresant cu desăvîrșire ignorat.

Trecînd la hipersomnie, vom preciza că în opinia publică comună s-a încetățenit ideea că numai somnul în minus, respectiv insomnia, prejudiciază sănătatea și echilibrul biologic, starea exact opusă, hipersomnia, sau somnul în exces, reprezentînd, dimpotrivă, un dar divin providențial, un dar al naturii, condiționînd longevitatea, creativitatea intelectuală și randamentul fizic. În cele ce urmează dorim a insista doar asupra hipersomniei așa-zise «normale» și nu asupra acelei patologice, generată de disfuncții metabolice, intoxicații endogene sau exogene, disfuncții glandulare de tot felul, de diverse boli parazitare sau virotice. *Hipersomnia «normală» ține în primul rînd de proaste deprinderi educaționale, consolidate încă din copilărie cu ajutorul părinților.* Mulți dintre aceștia își împing odraslele, din exces de zel și ignoranță, spre a dormi cît mai mult posibil, spre a crește mai bine și spre a se dezvolta cît mai armonios. În al doilea rînd, hipersomnia ține și de anumite concepții filozofice însușite de cel în cauză. În acest sens, vom preciza că mulți văd în somn o plăcere de tip epicurean și, din acest motiv, se aruncă, la prima ocazie, cu nespusă voluptate, în brațele lui Morfeu, zăbovind în aceste brațe cît mai mult posibil. Alții, dimpotrivă, văd în somn un refugiu împotriva grijilor și angoaselor zilei. Și alții, în sfîrșit, văd în această stare fiziologică posibilitatea eliberării — fie și pe moment — de multiplele probleme care îi asaltează.

În al treilea rînd, hipersomnia ține și de false aprehensiuni asupra duratei somnului, pe care, cel puțin în limitele adultului, unii o văd de domeniul a 8—10 ore, considerînd că tot ce prisosește nu poate decît să ajute. În realitate însă trebuie să știm că *fiecare își are propriul său somn. Unii dorm, după cum știm, doar în jur de 4—5 ore, pentru a se deștepta ușor și perfect odihniți, în timp ce alții se scoală obosiți și cu mari dificultăți chiar cînd această cifră înregistrează valori duble.* Petru cel Mare, de exemplu, Faraday, Edison, Bechterew, ca și atîția mulți alții, făceau parte din prima categorie, în timp de Krîlov — ca să nu dăm decît un unic exemplu — se scula obosit chiar după 10 ore de somn.

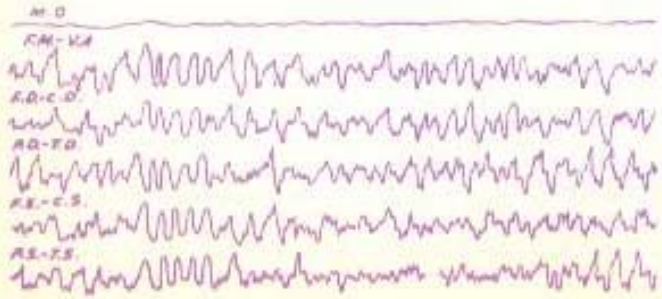
Este bine de a ști că hipersomniei îi sînt proprii oboseala, iritabilitatea, anorexia, cefaleea, dificultatea și lentoarea în ideație, constipația, adinamia, și uneori chiar o apatie cu caracter cronic. Cercetări de ultim moment susțin chiar că hipersomnia așterne patul aterosclerozei — acest temut fiagel al secolului nostru. În materie de somn și de viață rațională, cîteva adevăruri se cer a fi respectate cu strictețe: *nevoia de somn variază de la individ la individ;* totuși nu este recomandabil de a coborî — cel puțin în cazul adultului — sub limita inferioară a celor 5 ore de somn. *Dintre toate orele somnului primele două sînt cele mai importante, ele reprezentînd orele de somn profund, reparator. În materie de somn, atît insuficiența cît și excesul sînt nocive.* În materie de somn, ca și în materie de multe alte domenii ale vieții raționale, este util de a respecta cu strictețe preceptul lui Democrit, care și-a păstrat nestirbită valoarea pînă în zilele noastre: «În totul frumoasă este măsura. Nu vreau nici excesul, nici lipsa. Frumoasă este doar calea de mijloc». Omul înțelept este prin definiție rațional, și acest lucru se exprimă de la sine. «Dacă ai înțelepciune, precizează în acest sens un gînditor de cultură indiană — Bankim Chandra Chaterjee —, ea se va exprima singură, fără să depui nici un efort. Dacă nu o ai însă, să ți-o formezi».

ARCADIE PERCEK



Această schemă a auditiei, efectuată de G. Portmann, ne arată lunga cale parcursă de vibrațiile sonore în interiorul creierului și ne permite să imaginăm implicațiile posibile asupra urechii și asupra sistemului nervos, exercitate de o ambianță hipersonică

Trasee electro-encefalografice într-un anume caz de hipersomnie.



Dosar științific realizat de NIKI GEORGESCU

OROLOGIUL BĂTRÎNEȚII POATE FI ÎNCETINIT?

Renumiți specialiști, medici, cercetători, reuniți la Mamaia, cu prilejul celui de-al 8-lea Congres european de gerontologie clinică, răspund la solicitările almanahului nostru: Cum să încetinim ceasornicul bătrîneții? Ce sfaturi dați cititorilor noștri? Cum să îmbine medicația cu o viață echilibrată? Ce gîndesc despre școala românească de geriatrie și gerontologie?

DĂM CUVÎNTUL GERONTOLOGILOR:

Dr. J. FESSARD,
director la «Caisse de retraite des cadres» Paris

„A îmbătrîni frumos"

— Cum să rămînem tineri? Iată o întrebare extrem de dificilă. Ceea ce facem acum, peste tot în lume, în România ca și în Franța, este cercetarea în stadiul experimental. Eu m-aș referi la schimbarea unor parametri ai «mediului înconjurător social și cultural», factori pe care, de-abia acum, în acești ani, îi considerăm la adevărata lor valoare. Iată, spre exemplu, eu elaborez acum o lucrare despre «igiena mentală și condițiile de muncă». Este binecunoscut faptul că unele meserii sînt mai obositoare decît altele și că, de la naștere, speranța de viață nu este aceeași pentru toată lumea. Trebuie să știm și cauza acestui fapt. Ce anume în familie, în societate, la locul de muncă poate fi schimbat pentru a permite prelungirea vieții, egalizînd, dacă îmi este permis să spun aceasta, șansele tuturor. Vedeți, cred că importantă nu este problema de a rămîne tînăr, cred că adevărata problemă e de a îmbătrîni frumos. A îmbătrîni frumos este și cea mai bună metodă găsită, pînă acum, de a trăi bine pînă la adînci bătrînețe. Iar metodele folosite trebuie să aibă în primul rînd în vedere eliminarea a tot ceea ce poate constitui factor de risc. Aceștia sînt, pe de o parte, congenitali, asupra cărora, deocamdată, nu se poate acționa. Pe de altă parte, surmenajul, excesele de toate felurile. De asemenea, este foarte probabil ca rezultate bune să fie obținute și prin folosirea unor medicamente de tipul Gerovitalului, care se dovedește a fi un excelent antidepresor. Trebuie apoi să privim omul în contextul său global, să înțelegem din ce cauză este bolnav. Cîteodată aceasta se datorează tocmai aceluia «mediu înconjurător» despre care vorbeam și, în acest caz, cura prescrisă va fi eficientă doar în măsura în care va afecta corpul și sufletul pacientului. Nu este un lucru foarte simplu, mai ales din cauza faptului că medicii încă nu s-au convins cu toții de importanța acestei tratări a «omului în contextul psiho-social». Aceasta va veni, sper, cu timpul.

Apreciez în mod deosebit tradiția școlii românești în privința clinicilor de gerontologie, cu toate procedeele ei puse la punct în ultimii ani și care, în foarte multe cazuri, au dat rezultate dintre cele mai bune. În ceea ce privește

Gerovitalul, lucrările publicate în ultimii ani în întreaga lume au demonstrat că este vorba de un medicament cu efecte antidepresoare, care regularizează funcționarea mono-amino-oxidazelor.

Acad. D.F. CEBOTARIOV,
directorul Institutului de gerontologie al Academiei de științe medicale din U.R.S.S.

„Continuă să fii util familiei și societății!"

— Răspunzînd la această întrebare, trebuie să distingem două direcții: cea tactică și cea strategică. La nivelul tacticii, știința noastră vizează prelungirea vieții omului. În prezent, savanții au ajuns la concluzia că omul poate trăi, ca specie a regnului animal, pînă la 90—100 de ani. După cum se știe, media de vîrstă a europenilor este, în prezent, de 70—72 de ani. Deci există o anumită rezervă care poate fi folosită de medicină și de fiecare individ. Prin urmare, omul poate și trebuie să-și prelungească media de vîrstă. Probabil nu se va atinge 90—100 de ani pentru întreaga populație, dar, oricum, media de vîrstă continuă să crească și va crește în perioadele următoare. Sub aspect strategic, știința în general și gerontologia în special vor folosi descoperirile în domeniul geneticii, astfel ca omul să-și prelungească viața, ca specie, dincolo de un secol, peste 120—130 de ani. Ne bazăm pe o serie de realizări ale geneticii, problema esențială în domeniul gerontologiei fiind: care sînt deosebirile genetice ale omului, care sînt genele și cromozomii ce asigură prelungirea vieții omului. Referitor la experiența noastră, pot să vă spun că aceasta se află în faza de experimentare. La Institutul de gerontologie din țara noastră se studiază metodele de prelungire a vieții animalelor și modul cum pot fi folosite aceste rezultate pentru prelungirea vieții omului. Am reușit să prelungim viața animalelor cu 15—20 de procente, folosind o dietă rațională optimă, fără multe calorii, folosind așa-numiții antioxidanți. Referitor la oameni, pot spune că o mare importanță o au regimul de viață, mediul înconjurător și mediul social.

Ce trebuie să facă omul pentru a-și prelungi existența? Prima chestiune constă în aceea ca să se asigure o bătrînețe sănătoasă. La aceasta trebuie să ne gîndim nu cînd ajungem la 60 de ani și nici chiar cînd ajungem la 50 de ani, ci mult mai devreme. Îmbătrînirea omului, din punct de vedere clinic, începe de la 30—35 de ani. Trebuie să ne gîndim la conservarea sănătății noastre — de fapt, toată viața trebuie să avem în vedere factorii care influențează asupra prelungirii vieții și asigurării unei bătrînețe sănătoase. Și, în sfîrșit, perioada cea mai importantă este aceea pe care o numim «Vîrsta medie», adică de la 45 la 60 de ani. Or, tocmai în această perioadă se produce o concentrare a activității omului și care, din nefericire, nu se leagă de respectarea unei vieți raționale, a unui regim și unei diete adecvate, și nici de relații reciproce umane.

În acest sens, semnificative sînt concluziile noastre privitoare la studierea vieții oamenilor din regiunea Abhazia, unde, așa cum se știe, există un mare număr de longevivi. Aceștia duc o viață normală, activitatea lor, odată cu îmbătrînirea, scade în intensitate, dar felul de viață nu se schimbă. Ei nu sînt supuși șocului pe care îl trăiește omul de la oraș cînd, la vîrsta de 60 de ani, se pensionează și își întrerupe complet activitatea. De asemenea, acești oameni niciodată, în cursul vieții, nu au consumat mari cantități de alimente, nu au băut alcooluri tari. Totodată, ei trăiesc într-un mediu «patriarhal», în care se cultivă respectul față de oamenii în vîrstă. Acest factor social potrivit căruia tu ești util familiei și societății joacă un mare rol.

Atenția acordată în România problemelor de gerontologie și geriatrie datează de mai mulți ani. Prima dată am vizitat țara dv. în 1958, cînd l-am cunoscut pe C.I. Parhon și institutul în care își desfășura activitatea. În răstimpul acesta, gerontologia din România s-a dezvoltat mult și a cunoscut numeroase succese. Ceea ce a făcut acad. prof. dr. Ana Aslan a influențat într-o mare măsură dezvoltarea gerontologiei și a geriatriei în multe țări din Europa. De fapt, în România se destășoară o amplă și complexă activitate de ordin social, igienic și clinic.

Dr. H. ROTHLEY,
șeful clinicii de geriatrie din München, R.F.G.

Un dușman de temut — „stresul"

— Conduc această instituție de geriatrie bazată — ca tratament și concepție — pe ideile românești și sînt foarte mulțumit de rezultate. Altfel, vă închipuiți, de 16 ani, aș fi renunțat la ei. Este foarte important ca să se acorde o mare atenție atît aspectului psihic cît și celui fizic. Investindu-se în aceste două aspecte o «cantitate» egală de atenție se va putea realiza performanța ca individul să fie mereu apt, pe tot timpul vieții sale, să accepte fără șocuri noui, să fie receptiv la tot ceea ce viața îi poate oferi. Trebuie acordată o mare atenție pericolului obezității, iar principalul mijloc este urmărirea strictă a unei diete alimentare adecvate. Aceste programe de dietă sînt, evident, diferite, de la individ la individ, și fiecăruia trebuie să i se găsească programul alimentar adecvat pentru menținerea siluetei normale. Cred că este important să nu se fumeze, cel puțin după vîrsta de 40 de ani, tutunul fiind extrem de nociv, atît pe plan individual cît și social. În afară de acestea, după vîrsta de 40 de ani, în special, trebuie acordată o mare atenție unei vieți normale, regulate, în care să lipsească cu desăvîrșire «șocurile psihice» pe care, mai modern, le cunoaștem sub denumirea generică de «stres». Bineînțeles este un lucru foarte ușor de afirmat și mai greu de realizat, dar

Dr. ALEXANDRU VRĂBIESCU,
director la Institutul național de gerontologie și geriatrie

Fiecare îmbătrînim după un orar propriu

În Institutul național de gerontologie și geriatrie, îmbătrînirea prematură și particularitățile de vîrstă ale bolilor cronice și degenerative formează obiectivul unui studiu aprofundat, corelat cu aplicarea pe scară largă a profilaxiei și terapiei cu substanțe biotrofice elaborate de prof. dr. Ana Aslan. Obiectivul prioritar îl constituie prelungirea perioadei active de viață, ceea ce înseamnă a da sănătate, dorință și putere de muncă adulților și vîrstnicilor, a încetini ritmul de îmbătrînire, apropiindu-l cît mai mult de al longevivului. Cercetările au arătat că atingerea acestui obiectiv este posibilă și există perspective ca longevitatea să nu mai fie o raritate, ci un scop realizabil.

Există orare diferite de îmbătrînire, proprii nu numai fiecărui individ, dar și fiecărui organ sau țesut, bătrînețea fiind cel mai adesea rezultatul suprapunerii unor boli cronice și degenerative pe un organism modificat prin înaintarea în vîrstă. În aceste condiții, îmbătrînirea prematură apare de cele mai multe ori ca o îmbătrînire patologică. În vederea profilaxiei îmbătrînirii premature, Institutul nostru a inițiat organizarea de puncte gerontologice în cadrul întreprinderilor industriale și agricole. În întreaga țară au fost inițiate peste 200 de astfel de puncte, în care se aplică un examen medical periodic, sub îndrumarea cadrelor medicale ale institutului. Se aplică terapia cu Gerovital H3. În peste 70 la sută din cazuri s-a constatat o ameliorare a condiției biologice generale, o revitalizare a țesuturilor, creșterea rezistenței organismului față de stres și de bolile infecțioase, încetinirea procesului de involuție de vîrstă, ameliorarea bolilor cronice degenerative și prevenirea complicațiilor provocate de acestea. Ca urmare a crescut randamentul în muncă și a scăzut numărul de zile de incapacitate temporară de muncă. Datorită rezultatelor obținute se prevede extinderea treptată a acestei acțiuni de profilaxie a îmbătrînirii premature în numeroase alte întreprinderi din țară, și îndeosebi în cele cu noxe profesionale. Desigur că la medicația biotrofică se adaugă o amplă acțiune de depistare precoce a semnelor de îmbătrînire prematură, în care scop se aplică examene clinice și de laborator repetate anual, intervenindu-se printr-o terapie specifică în cazul descoperirii unor boli cronice degenerative. Totodată se desfășoară o intensă activitate de informare și educație sanitară gerontologică adresată tinerilor și vîrstnicilor, îndrumîndu-i spre o pregătire rațională, științifică a perioadei de îmbătrînire. Adăugînd la marile progrese pe plan social și economic și aceste măsuri, se poate estima drept realizabilă o prelungire a duratei de viață, și îndeosebi a acelei perioade de viață în care omul prin activitatea depusă își poate afirma personalitatea și calitățile morale și profesionale în slujba societății.

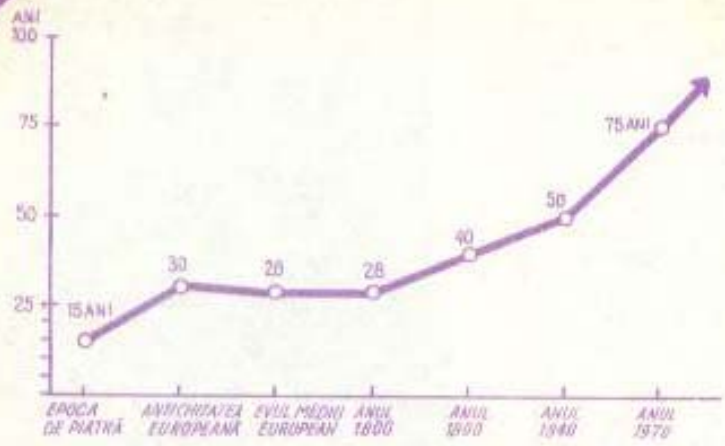
există o mulțime de lucruri pe care le putem face pentru ca viața noastră să se desfășoare sub semnul unei perfecte «normalități», atît din punct de vedere fizic, cît și psihic. Este sigur că, începînd de la vîrsta de 40 de ani, există un fel de «semnal de avertizare» care, pe plan individual, poate apărea, mai devreme sau mai tîrziu, sub forma unor tulburări sau dereglări organice, care trebuie luate în considerare cu toată atenția, tocmai în această calitate a lor de precursor al unor viitoare și mai grave maladii. Observarea, din timp, a acestor maladii va permite, desigur, o tratare a lor cu mare eficiență. În aceasta constă, de fapt, esența tratamentelor de prevenire a îmbătrînirii. S-ar putea începe deja de la vîrsta de 40 de ani tratamente cu Gerovitalul descoperit și modernizat de prof. Aslan sau cu Aslavital. Îmi este plăcut să vă spun că metoda românească cîștigă în țara mea din ce în ce mai mulți adepți și simpatizanți. În primii ani, metoda a fost primită cu scepticism de reprezentanții lumii medicale, dar acum, după ce rezultatele practice s-au făcut vizibile, atitudinea lor s-a schimbat fundamental.

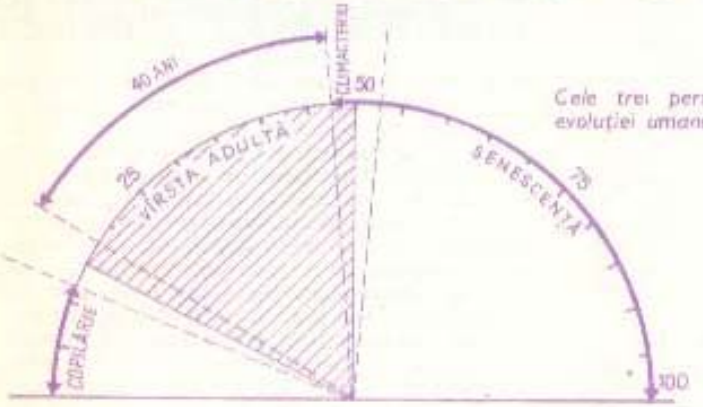
Părerea mea despre școala românească de geriatrie este că, din punctul de vedere al logicii medicale, ea își justifică pe deplin existența, și nu numai pe plan teoretic, ci, mai ales, pe cel practic. Astfel, repet, nu aș folosi metodele acestei școli de atîția ani de zile. Se știe — și este un fapt cunoscut de toată lumea — că Institutul național de gerontologie și geriatrie din România a fost primul în lume în acest domeniu și, pe parcursul deceniilor, au luat ființă, după acest model, și în alte țări instituții similare. Dar este foarte sigur că este o cucerire a școlii românești, un cîștig al prof. Aslan, această edificare și funcționare a Institutului, care a dat un impuls cercetării de specialitate din întreaga lume. Și, în același timp, a fost un semnal pentru ca oamenilor în vîrstă să li se acorde o mare atenție, prin stabilirea de programe naționale de protecție și prevenire a îmbătrînirii. Experiența românească poate fi un model pentru felul în care oamenii în vîrstă pot fi menținuți mai mult timp în stare activă, perfect sănătoși pe toate planurile.

OROLOGIUL BĂTRÎNEȚII POATE FI ÎNCETINIT?

SĂ DĂM VIAȚĂ ANILOR, NU NUMAI ANI VIEȚII

Evoluția longevității de-a lungul istoriei omenirii.





Cele trei perioade ale evoluției umane.

De-a lungul existenței sale omul străbate 3 mari etape:

1. *copilăria;*

2. *perioada adultă*, cea mai echilibrată din punct de vedere al adaptării biologice și sociale;

3. *senescența*, perioada ce urmează vîrstei adulte și care se caracterizează prin declinul sinuos, dar progresiv al funcțiilor biologice. Este o perioadă lungă, de obicei de 20-30 de ani, dar care poate fi de 40-50 de ani.

Exemple de longevitate creatoare sînt numeroase, în toate domeniile de activitate: Leonardo da Vinci, Brâncuși, Verdi, Sibelius, Tolstoi, Goethe, Victor Hugo, Einstein, Iorga, De Gaulle etc., justificînd afirmația lui Camus: «Creația ia sfîrșit cu moartea creatorului».

Cîmpul de variație, ca timp, pentru trecerea de la vîrsta adultă la senescență este destul de mare, fiind apreciat în medie la 10 ani, producîndu-se mai devreme la femei (între 45 și 55 de ani) decît la bărbați (între 50 și 60 de ani). Includerea unui individ în această categorie este uneori dificilă, întrucît starea biologică și neuropsihică a indivizilor la o vîrstă dată (să spunem 60 de ani) este extrem de diferită. Aspectul individual în acest moment, caracteristicile sale fiziologice și performanțele sale fizice și intelectuale pot fi cu mult mai mari decît cele ale unui individ de 50 sau 40 de ani. Dimpotrivă, la 60 de ani, mulți indivizi pot avea caracteristicile morfologice și funcționale ale unei vîrste de 70 sau chiar de 80 de ani. În prima situație au existat factori care au *încetinit* orologiul biologic, în cea de a doua, factori care au *accelerat* acest orologiu. Datele științifice moderne au reușit să precizeze mulți din acești factori, trezind speranța prelungirii *vieții active* dincolo de limitele existente în momentul de față.

Progresul cunoașterii factorilor ce pot purta sau prelungi viața omului în general reiese foarte bine din schema în care este redată durata medie a vieții de-a lungul istoriei omenirii, din epoca de piatră pînă în prezent. După cum se poate observa, progresele cele mai evidente nu au avut loc decît în ultimul secol, și în special în ultimii 30 de ani. Nu avem nici un motiv să ne îndoim că durata medie de viață va continua să crească.

Prelungirea duratei medii de viață ridică o a doua problemă, *Cum să dăm viață anilor și nu numai ani vieții.* Această întrebare, formulată de Lansing, ca o necesitate, a preocupat generații întregi de medici, biologi și sociologi. În momentul de față, ea trebuie să fie pusă de fiecare individ în parte.

Referitor la această importantă perioadă de viață un colectiv de reputați medici: prof. dr. Iulian Mincu, dr. C. Ionescu-Tîrgoviște și dr. Dan Cheța de la Spitalul de boli de nutriție și metabolice «Dr. I. Cantacuzino» din București au avut amabilitatea să pună la dispoziția cititorilor almanahului nostru o suită de materiale științifice, cu mare valoare practică, rod al multor ani de cercetări, de studii și verificări.

Un proces biochimic

Procesele biochimice care caracterizează fenomenul de îmbătrînire exprimă tendința materiei de a trece în repaus. Toate funcțiile (nervoasă, cardiovasculară, renală, hepatică, digestivă etc.) prezintă o scădere a performanțelor, continuînd un proces care începe deja după 20-30 de ani. Pe fiecare an ce trece, funcțiile maximale ale principalelor organe scad cu 0,5-1,3% față de valoarea inițială. Aceasta este consecința modificărilor chimice intracelulare, manifestate prin încetinirea reacțiilor generale de producere a energiei (arderea proteinelor, lipidelor și glucidelor), diminuarea ritmului de regenerare a componentelor celulare. Scăderea metabolismului energetic poate fi apreciată prin încetinirea utilizării *glucozei*. Toleranța la administrarea de glucoză scade, explicînd curba mai înaltă a hiperglicemiei provocate pe măsura înaintării în vîrstă.

Modificări similare apar în metabolismul *lipidelor*. Arderea acestora este încetinită, iar depozitele de grăsime cresc, cîștigul în greutate înregistrat după 50 de ani datorîndu-se acumulării lipidelor în țesutul adipos.

Proteinele suferă în cursul anilor modificările cele mai importante. Tendința materiei vii de a trece în repaus se manifestă printre altele și prin scăderea ritmului de sinteze proteice, precum și prin caracterul anormal al proteinelor nou sintetizate. Viteza de încorporare a fosforului marcat în proteinele nou formate scade. Lipidele intracelulare cresc. Enzimele noi produse au un potențial de activitate scăzut. Acest lucru explică scăderea performanțelor funcționale ale diferitelor organe. Scăderea *asimilației*, de la masticație și digestie intestinală pînă la sinteze specifice, merge paralel cu creșterea proceselor *de dezasimilație*, adică de *catabolism*. Scade numărul de celule active (în special celule musculare), iar structura celulelor restante se modifică. Cantitatea de apă din celule scade, explicînd procesul mai mic (în jur de 51% la 70 de ani, față de 60% la vîrsta adultă sau de 75% la nou-născut). Cationii intracelulari (potasiu, fosfor, magneziu) scad, în timp ce cationii extracelulari (sodiu, clor, calciu) cresc.

Întrucît modificările chimice amintite prezintă un marcat asincronism între diferitele organe, manifestările clinice ale procesului de îmbătrînire vor fi mai evidente în măsura în care alterările afectează cu precădere organele importante din punct de vedere vital. *Cel mai vulnerabil este aparatul cardiovascular*, explicînd de ce mai mult de 50% din cazurile de deces se datoresc în prezent accidentelor cardiovasculare.

Și totuși, posibilitatea menținerii unei «*vieți tinere*» și chiar unei întineriri există. Mijloacele de transpunere în viață a acestei posibilități sînt *naturale, deci la îndemîna fiecăruia dintre noi*. Ele sînt numeroase, dar pot fi grupate în 4 categorii:

1. alimentația, ajustată conform biologiei vîrstei individului și în concordanță cu activitatea fizică depusă;
2. activitatea fizică neîntreruptă, dar adecvată vîrstei;
3. accelerarea proceselor metabolice, printr-o oxigenare corespunzătoare, folosind gimnastica respiratorie, masajul și automasajul;
4. realizarea unei armonii între ritmurile biologice și ritmurile universale prin respectarea alternanțelor fundamentale veghe-somn, activitate-odihnă etc.

Virtuțile activității fizice

De sute de ani se știe că «gimnastica prelungește tinerețea omului» (John Locke). Și totuși, una din caracteristicile civilizației moderne este *hipodinamica*. Civilizația este cea care a prelungit vîrsta medie de viață și tot ea este cea care, prin facilitățile pe care le presupune, în care activitatea fizică este din ce în ce mai mică, privează organismul de unul din factorii cei mai importanți pentru menținerea tonusului vital, *activitatea musculară*. Așa se explică de ce în societățile mai vechi, numărul bătrînilor era mai mic, dar aceștia erau mult mai viguroși și mai sănătoși decît bătrînii societății noastre.

Anchetele făcute printre longevivi subliniază cu insistență prezența aproape invariabilă a unei activități fizice importante. Dacă la un tînăr sedentarismul nu are o expresie biologică evidentă, la vîrstnic aceasta se manifestă negativ pe toate planurile. În același timp, mai mult decît la tînăr, la vîrstnic activitatea fizică își exercită efectele favorabile, pe care vom încerca să le susținem prin argumente științifice.

Activitatea fizică presupune: o producție energetică proporțională cu efortul muscular respectiv, deci o accelerare a cuturor metabolismelor intermediare; o cheltuială energetică mare evită unul din principalii factori de risc vasculari, excesul ponderal. Aproape toți longevivii sînt normoponderali.

Dintre efectele favorabile ale efortului fizic pe plan fiziologic sînt de menționat: un debit cardiac crescut, o elasticitate sporită a pereților arteriali. Întrucît, proporțional cu activitatea musculară, crește ritmul respirator, deci o mai bună oxigenare a sîngelui și în final a țesuturilor, se realizează una din condițiile cele mai importante pentru accelerarea proceselor metabolice. După cum afirmă O. Wartburg, «*ceea ce filozofii numesc evoluție creatoare este opera oxigenului*».

Asupra țesutului muscular și a sistemului osteoarticular, activitatea fizică are o influență dintre cele mai marcate. Exercițiile fizice de antrenament influențează forța musculară la bătrîni în aceeași măsură ca la tineri. Elasticitatea coloanei vertebrale se menține, ca și mobilitatea articulațiilor.

O influență extrem de favorabilă a activității fizice se remarcă asupra funcției sistemului nervos central (măresc performanțele intelectuale) și asupra sistemului nervos vegetativ, pe care îl echilibrează.

Activitatea fizică poate îmbrăca o gamă foarte variată, de la muncile utile în familie (grădinărit, activitate casnică, mers după cîrguieli, însoțirea nepotului la școală etc.), pînă la efectuarea sistematică a gimnasticii de întreținere, alergarea moderată și dozată, urcatul scărilor, pînă la înot, canotaj, schi, vînătoare, tenis etc.

În cadrul activității fizice trebuie individualizate două tehnici mai deosebite:

— gimnastica respiratorie de tip yoga, al cărei beneficiu nu mai trebuie argumentat, dar care trebuie efectuată după o tehnică precisă și după reguli bine cunoscute;

— masajul, și mai ales automasajul, susținut în ultima vreme cu o argumentație științifică solidă de dr. Mihai Theodoru-Zavergiu. Menționăm că masajul constituie, alături de acupunctură, una din componentele fundamentale ale medicinii tradiționale chineze, readusă în actualitate tocmai datorită caracterului «natural» al tehnicii.

„Ritmurile" vîrstnicilor

Succesiunea ritmică a anotimpurilor, cu variațiile de lumină, de temperatură și de umiditate, imprimă anumite ritmuri proceselor biologice fundamentale din întreaga biosferă.

Hipocrate, cu cîteva secole î.e.n., acorda o mare importanță mediului fizic pentru starea de sănătate. În tratatul său intitulat «Vînturi, ape și locuri», el recomandă medicilor stabiliți într-o localitate pentru a practica medicina să se documenteze asupra poziției și raporturilor acestei localități cu vînturile și soarele. În epoca modernă, fiziologia ritmurilor biologice este studiată de știința numită *cronofiziologie*.

«Ritm» înseamnă variația periodică și regulată în derularea unui proces fiziologic. Funcția organismului este bazată pe numeroase asemenea ritmuri, ce se derulează conform unei periodicități mai mari sau mai mici.

Unul dintre ritmurile cu importanță deosebită pentru biologia omului este alternanța veghe-somn, activitate-repaus. Acest ritm este strîns legat de alternanța zi-noapte. La vîrstnici, derularea ritmului somn-veghe prezintă o serie de particularități care pot reprezenta adevărate tulburări: dificultatea inducerii somnului, creșterea frecvenței trezirilor nocturne, reducerea somnului profund și facilitatea trezirilor matinale. În relație cu aceste modificări, în organizarea somnului se înregistrează o serie de tulburări respiratorii și cardiace, ele însele rezultate din alterarea și fragmentarea somnului nocturn. În prezent se consideră că necesarul de somn al vîrstnicului nu diferă substanțial de cel al adultului, fiind apreciat la 7-8 ore. O perioadă de somn mai scurtă împiedică restabilirea biochimiei cerebrale, diminuînd simțitor longevitatea. În același timp, prelungirea perioadei de somn pare a avea aceleași consecințe. S-a stabilit, de exemplu, că mortalitatea prin boli cardiovasculare este de aproape 2 ori mai mare între 60 și 80 de ani la cei ce dormeau mai mult de 10 ore, comparativ cu cei care dormeau numai 8 ore. Una din greșelile obișnuite comise de vîrstnici al căror somn începe să prezinte una din tulburările amintite mai înainte este folosirea hipnoticelor. Uzul lor a devenit o adevărată plagă socială. S-a constatat, de exemplu, că 3 000 000 de francezi consumă în fiecare seară un medicament hipnotic; numai în S.U.A. se cheltuiesc anual pentru somnifere 500 milioane de dolari. Evident, utilizarea pentru o perioadă de timp a unei anumite doze de somnifer poate fi indicată.

Reglarea ritmului somn-veghe trebuie să se realizeze, pe cît posibil, pe cale naturală. De primă importanță este susținerea în perioada zilei a unei activități fizice care să asigure substratul chimic al senzației de oboseală, astfel încît repausul rezervat orelor de noapte să faciliteze inhibiția corticală caracteristică somnului.

O plimbare în aer liber, un masaj, un duș cald pentru unii, spălarea feței cu apă rece pentru alții, o infuzie caldă sau un pahar cu lapte cald, o lectură de destindere sînt factori deosebit de utili pentru asigurarea unui somn odihnitor.

Evitarea alimentației abundente la masa de seară, urmărirea tîrzie a emisiunilor de tv, lecturile excitante au, dimpotrivă, un efect opus.

Alimentația contribuie la încetinirea fenomenelor de îmbătrînire?

La întrebarea de mai sus dăm un răspuns afirmativ. Trebuie însă să știm ce recomandări să facem omului în vîrstă. Transpunerea în practică a acestei idei nu este întotdeauna ușoară; ea necesită cunoștințe și multă perseverență.

Încetinirea metabolismului este o caracteristică fundamentală a bătrîneții; se știe că metabolismul energetic poate scădea de la cca 40 calorii/24 h, cît are un adult sănătos, la cca 26 calorii/24 h. Paralel se observă micșorarea vitezei de regenerare a țesuturilor organismului, reducerea morfologică și funcțională a diferitelor organe, creșterea gradului lor de uzură. Regimul alimentar va trebui deci să se supună, pe cît posibil, acestor tendințe. Vîrstnicul va consuma o cantitate relativ mare de proteine (bineînțeles, dacă nu există o afecțiune renală uremigenă): se recomandă cel puțin 1,2-1,5 g/kilocorp/zi; din categoria celor cu valoare biologică înaltă, ca: lapte, produse lactate (brînză de vaci, caș, iaurt, telemea etc.), albuș de ouă, carne slabă, pește slab. Se va acorda o atenție deosebită aportului de vitamine și minerale. În acest sens, un rezultat foarte bun se poate obține prin consumul zilnic de legume, fructe și sucuri de fructe. Acestea sînt bogate în potasiu, magneziu, calciu și fier, de asemenea, în unele oligoelemente (zinc, cupru, cobalt, mangan). În sezonul în care procurarea fructelor este mai dificilă (iarna și la începutul primăverii) este bine să suplimentăm pe cale medicamentoasă aportul de vitamine, cu preparate din grupul B, vitamina C și vitamina A. Ideea că o alimentație axată predominant pe lactate și vegetale, consumate cît mai apropiat de starea lor naturală, ajută la prelungirea vieții este destul de bine susținută de longevitatea unor comunități din Caucaz, Anzi și alte regiuni.

Privitor la aportul hidric, acesta nu va fi mai mic de 1 500 ml/zi și va trebui repartizat judicios: cantitățile cele mai mici se vor consuma la masa de seară.

Totalul caloriilor alimentare trebuie scăzut progresiv cu vîrsta. Fără a intra în detalii, vom exemplifica spunînd că, la un efort fizic ușor, vom da în jur de 2 000 de calorii/zi (la tînăr 2 500); pentru efort moderat vom da 2 600 de calorii/zi (față de 3 000 la tînăr).

Metabolizarea substanțelor glucide nu se mai face cu aceeași viteză; aceasta se datorește unui fenomen de involuție a glandelor endocrine, unui consum diminuat al glucozei de către mușchi și altor mecanisme. Pare deci firesc să se indice reducerea treptată a aportului de glucide pe măsură ce îmbătrînești. Astfel, nevoile de glucide ale unui bătrîn sănătos, care nu este obez și care depune doar un efort fizic ușor, pot fi considerate — în medie — în jurul a 300 g/zi. Sursele principale ale acestora sînt pîinea, cartofii, pastele făinoase, orezul, legumele uscate, fructele și — mai puțin — dulciurile. Referitor la grăsimi, este îndeobște cunoscut că proporția acestora trebuie diminuată, de asemenea, mai ales a celor de origine animală; vom folosi grăsimile vegetale. Cu alte cuvinte, vom elimina carnea grasă, slănina, smîntîna, frișca, gălbenușul, brînzeturile grase; vom permite untul în cantitate restrînsă și untdelemnul de floarea-soarelui, porumb, soia. Un amănunt, pe care nu trebuie să-l scăpăm din vedere, este conținutul alimentelor în substanțe de balast. Folosirea excesivă a produselor prelucrate, nenaturale, echivalează cu reducerea importantă a acestora, ceea ce atrage încetinirea tranzitului intestinal și de aici un lung șir de tulburări.

Putem să îngăduim un consum limitat de băuturi alcoolice, de asemenea, și cafeaua, evitînd excesele și folosind-o doar peste zi. În schimb, fumatul este, din toate punctele de vedere, indezirabil.

Subliniem că — indiferent de cunoștințele nutriționale ale epocii — bunul simț i-a determinat pe mulți oameni să respecte cîteva principii de alimentație (cumpătare, diversitate, folosirea produselor naturale ș.a.), care s-au dovedit salutare în asigurarea unei vieți lungi și active.

Inima în centrul vieții

Lăsînd la o parte latura artistico-literară — de fapt fără acoperire științifică —, vom reaminti doar că, din punct de vedere strict mecanic, inima este într-adevăr o «minune a naturii»: cele 70 bătăi/minut obișnuite echivalează cu 100 000 bătăi/zi, adică 36 milioane pe an sau vreo 3 miliarde de bătăi într-o viață; aceasta s-ar putea asemui cu ridicarea a 15 camioane de cîte 10 tone pe vîrful muntelui Mont-Blanc! Dar — cu toate că este un «sportiv» atît de puternic și de conștiincios — inima îmbătrînește: vasele coronare și ramurile lor se sclerozează, miocardul suferă modificări involutive, posibilitățile funcționale scad. De multe ori, s-ar putea spune de prea multe ori, la aceste fenomene de involuție fiziologică se adaugă fenomene patologice. Este vorba de binecunoscuta și temuta ateroscleroză, cu consecințele sale: diferite forme de cardiopatie ischemică, boli care provoacă cele mai multe decese în epoca noastră. Zilnic pe pămînt mor 600 de persoane datorită infarctului miocardic!

Din acest punct de vedere se poate considera, într-adevăr, că obținerea unei vieți îndelungate și active este apanajul celor care-și menține inima tînără. Este de fapt unul din marile deziderate spre care tind medicina și civilizația modernă, prin inițierea unor măsuri de profilaxie de proporții încă neîntîlnite pînă acum. Iată, în acest sens, cîteva din recomandările specialiștilor: măsurarea periodică a tensiunii arteriale; controlul greutății corporale; controlul glicemiei; controlul metabolismului lipidic; renunțarea la fumat; mișcarea zilnică; micșorarea cantității de sare ingerată; o alimentație cît mai adecvată scăderii progresive a capacității de metabolizare a organismului.

Grupaj realizat de
INA STRĂUȚ

Hrana copilului, sănătatea adultului

«Hrana poate fi sursa tuturor relelor»
Herodot

În ultima vreme, pediatri, specialiștii nutriționiști, pedagogii, biochimiștii susțin cu mai multă perseverență faptul că de modul de alimentație al copilului depinde sănătatea viitorului adult. Alimentația corectă, sănătoasă a copilului în primii săi ani, alimentația adolescentului împiedică instalarea diverselor maladii pe parcursul vieții și în special a celor cu aspect cronic degenerativ, ce se declară spre bătrînețe.

Pentru a crește și a se dezvolta echilibrat, sănătos, copilul are nevoie de o mamă sănătoasă, de asistență completă, de o școală bună, de o societate care să-l integreze bine. Alimentația copilului, spunem noi, pediatrii, începe din viața intrauterină. Înainte de a procrea, femeia trebuie să fie sănătoasă, bine nutrită. Asigurîndu-se în special în primele luni de sarcină o alimentație sănătoasă mamei, aceasta face posibilă formarea unui făt cu calități deosebite. Instalarea sarcinii în lunile martie-aprilie, cînd organismul este stresat, impune suplimentarea vitaminică a hranei. Dacă socotim alimentația normală de 100%, aceasta trebuie să crească în procent de 120-140% în primul trimestru de sarcină, să scadă la 110-120% în cel de al doilea și să revină la normal în ultimele trei luni înainte de naștere. Mama gravidă nu trebuie să mănînce pentru doi. Supraalimentația viitoarei mame în ultima lună de sarcină nu este necesară. Sănătatea mamei este sănătatea cu care copilul vine pe lume.

În primele 3-4 luni de viață, ideală este alăptarea la sîn. «Laptele și dragostea de mamă» sînt de neînlocuit. În anul trecut, la Monaco, într-o întrunire a medicilor pediatri, a fost încă o dată argumentată importanța alimentației naturale a nou-născutului. Modul de alimentație asigurat în primele luni, diversificarea corectă a acestuia jalonează sănătatea pentru toată viața. Laptele matern are o compoziție fizică și clinică pe care n-au egalat-o cele mai perfecționate laboratoare din lume. Conținînd proteine, zaharuri, grăsimi, vitamine, enzime, hormoni, laptele de mamă are marea calitate de a păstra și transmite copilului anticorpi pentru apărarea imunologică de care la început organismul lui este lipsit.

Și, totuși, în cazurile în care alimentația la sîn nu este posibilă, nou-născutul trebuie hrănit cu lapte de vacă proaspăt și de bună calitate, cu lapte praf și cu preparate dietetice speciale. În toate cazurile, problema fundamentală a alimentației copilului trecut de 3 luni este diversificarea acesteia. Este vremea cînd în alimentația copilului, și deci în sănătatea viitorului adult, se pot face greșeli fundamentale. Diversificarea presupune adăugarea alături de supt sau de biberon a cîte ceva din alimentația adultului. La vîrsta de 3 luni, cînd sugarului i se dau deja și sucuri de fructe sau de legume, completarea meselor se face cu cîte o jumătate de linguriță supă de zarzavat, de legume, griș cu lapte, cîteva grame de gălbenuș de ou, brînză de vaci sau carne mixată. Diversificarea presupune în continuare obișnuința copilului cu cantități din ce în ce mai mari de supe de carne, de zarzavat, borșuri de carne, brînză de vaci, telemea, carne tocată. Cantitățile cresc treptat pînă la înlocuirea unui supt cu o masă astfel preparată. Nu am pomenit de griș cu lapte și, din practica mea, sînt împotrivă ca un supt să fie înlocuit total numai cu griș sau cu alte făinoase. Acestea, deși dau aspectul superficial de sănătate copilului, nu-i asigură o rezistență imunologică, o bună dezvoltare psihonervoasă.

După un an, un an și două luni, preparatele proaspete.

bine gătite, pot constitui mesele copilului. Insist mereu în sfaturile către mame să dea copiilor trecuți de șase luni mămăliguță cu lapte sau cu brînză, știind că mălaiul conține acid glutamic, atît de necesar dezvoltării și constituției sistemului nervos.

Diabetul, această temută boală, are incidență la toate vîrstele și chiar la copiii mici. Alături de diabet, alte afecțiuni degenerative pot să fie cauzate însă și de o alimentație nerațională, adică prea bogată în făinoase și grăsimi.

Dacă laptele este indispensabil în primele luni de viață, cînd sugarul are nevoie de 150 cmc de lichid pe kg/corp în 24 de ore, acesta scade pe măsură ce copilul crește. Laptele și derivatele sale vor trebui să asigure peste vîrsta de un an 30-35% din valoarea calorică a alimentației, dar laptele ca aliment să nu depășească jumătate de litru pe zi.

Cu multă ponderație se vor asigura în alimentația copilului grăsimile. Depunîndu-se treptat, acestea îngreunează organismul, încarcă vasele sanguine, predispunîndu-le la fragilitate, pentru ca mai tîrziu să le îmbrace în depozite de colesterol, pregătind tărîmul afecțiunilor cardiovasculare.

Cu deosebită grijă, alimentația copilului mic, deopotrivă a adolescentului, va fi bogată în zaharuri naturale, dulciurile superrafinate fiind date cu ponderație. Vitaminele de care copilul are atîta nevoie trebuie să fie luate din bucătărie, nu de la farmacie. Mamele nu trebuie să uite că vitamina D să le fie dată copiilor la termenele stabilite de medic, dar numai pe cale bucală (1 000 de unități pe zi).

Știindu-se că viața este forma de existență a proteinelor care asimilează mediul exterior, aerul, apa, alimentele, cu toate principiile lor, iar la om pentru corecta asimilare a acestui mediu se impune nu numai asimilarea fizică, ci și psihică, se înțeleg importanța alimentației copilului și pregătirea sănătății adultului.

Pe lîngă intervenția în dirijarea alimentației copilului a medicului pediatru, mamele trebuie să-și îmbogățească cunoștințele din mulțimea cărților de sfaturi pe care medicii le adresează lor.

Alimentația rațională, sănătoasă a copiilor care sînt îngrijiți în creșe, grădinițe, internate trebuie continuată cu aceeași rigurozitate și în familie.

Dr. ION URSULEANU

Alergia alimentară între mit și realitate

Dacă ținem seama că 1/10 din populație moștenește o predispoziție ereditară de a face boli alergice și că aproximativ 20 la sută din rest fac cel puțin o dată în cursul vieții o manifestare alergică înseamnă că 1/3 din toți oamenii globului sînt potențial bolnavi alergici. Dacă la aceasta adăugăm faptul că posibilitățile de alergizare devin, pe măsură ce trece timpul, tot mai multe, în condițiile vieții civilizate, ne dăm seama de ce azi, față de acum numai cîteva decenii, termenul de alergie a început să terorizeze bolnavii.

...între 1920 și 1953, cancerul a fost descoperit în proporție de 50 la sută mai mult decît în perioada precedentă corespunzătoare, nevroza astenică se întîlnește în proporție de 100 la sută la telefonistele din Elveția, la ora actuală sînt 1 000 de sindroame, 2 000 de boli cromozomiale, 1 000 000 de corpuri sintetice, 100 000 de antibiotice, 12 000 de cuvinte medicale.

..., ulcerul gastric și duodenal se întîlnește în proporție de 50-70 la sută la funcționarii cu munci de răspundere, tensiunea arterială a fost denumită boala oamenilor stresați.

... în Anglia în fiecare noapte se consumă 3 milioane de pastile hipnotice, tot al 10-lea cetățean al S.U.A. folosește tranchilizante.

Aceste date erau valabile pentru anul 1967. Evident, astăzi ele sînt incomparabil mai mari și ne creează o imagine a vieții deosebit de suprasolicitate în care trăiește individul astăzi.

Omul este într-o continuă «goană», într-o continuă luptă pentru adaptare. Aceasta îi creează o anumită stare de reactivitate, un mod particular de a răspunde cu forțele interne ale organismului la diversele solicitări impuse de viață.

Adăugați la acest mod de a reacționa și faptul că tot mai mulți factori nocivi vin să agresioneze individul: poluarea atmosferică, poluarea apelor, conservarea prin substanțe chimice a alimentelor etc. Așa se explică de ce un om care se comportă normal, la un moment dat, reacționează absolut altfel decît pînă atunci. Devine un alergic. Dealtfel, aceasta este explicația etimologică a termenului de alergie (al = altfel, ergos = reacționa). În ce constă acest mod alergic de a reacționa?

Organismul uman este o unitate armonioasă, în perfect echilibru cu mediul înconjurător. Contactul organismului cu mediul extern se face prin plămîni, aparatul digestiv, piele. Acestea sînt de fapt organele de «șoc», dar în realitate fiecare celulă vine în contact cu mediul extern. Acțiunea mediului extern se exercită zilnic, într-un fel sau altul, dar din ce în ce mai variat asupra individului. De acest «bombardament» zilnic organismul se apără prin multiple modalități, păstrîndu-și pe toată durata vieții individualitatea intactă.

Una din modalitățile de răspuns la incitațiile mediului extern este fabricarea de anticorpi strict specifici față de substanțele complexe din mediul extern cu care vine în contact. Substanțele împotriva cărora organismul fabrică anticorpi se numesc antigeni. De pildă, organismul produce an-

EFECTELE ALCOOLULUI ȘI DEZVOLTAREA FĂTULUI

Institutul național de sănătate și cercetare medicală (Franța) a efectuat studii pe un număr de peste 9 000 de femei gravide, prin care a demonstrat că nou-născuți ai mamelor care au consumat alcool zilnic au avut la naștere o greutate mai mică față de copiii tinerelor mame care s-au abținut sau au consumat cantități foarte mici.

Această greutate scăzută a nou-născuților a fost asociată cu scăderea semnificativă a greutății placentare.

Studii efectuate în alte țări au demonstrat și corelația între consumul de alcool în timpul sarcinii și frecvența malformațiilor congenitale la nou-născuți. În plus, procentul de mortalitate a fost mai mare.

ticorpi împotriva microbilor și așa se explică rezistența individului la anumite infecții. Vaccinările microbiene care se fac obligatoriu în copilărie se bazează pe această proprietate a organismului. De fapt neutralizarea pe viitor a microbilor (antigeni), foarte simplist spus, se face prin cuplarea acestora cu anticorpii fabricați în organism și îndreptați împotriva lor.

Sînt indivizi la care, sau situații cînd, acest sistem poate funcționa foarte slab (organismul este hiporeactiv) sau deloc (areactiv). Din contră, unii indivizi, și aceștia devin din ce în ce mai numeroși, reacționează brutal cînd vin în contact cu antigenii. La ei cuplarea antigenului cu anticorpii fabricați în organism, și fixați pe niște celule numite mastocite declanșează o serie de reacții care se termină prin eliberarea de către mastocit a unor substanțe, dintre care cea mai importantă este histamina. Are loc reacția alergică. Acești bolnavi sînt alergicii. Antigenii în acest caz se numesc alergeni, iar histamina este în mare parte responsabilă de simptomele alergiei.

Există un raport direct între cantitatea de histamină eliberată în momentul cuplării alergen-anticorp și gradul de suferință al bolnavului. Cu cît histamina eliberată este în cantitate mai mare cu atît gravitatea simptomelor este mai mare, ajungînd pînă la șocul mortal.

Simptomele sînt variabile, în funcție de organul «țintă» în care se cumulează mai multă histamină în momentul reacției alergice. Durerea de cap, palpitațiile, înroșirea pielii, criza de astm, urticaria, colici diverse (intestinale, renale, biliare etc.) pot constitui numai cîteva din suferințele alergicului.

Sînt bolnavi alergici la care alergenii sînt diverse alimente. Acești bolnavi în momentul în care ingeră alimentul alergic declanșează reacția alergică, care se poate manifesta prin diferite simptome: urticarie, criză de astm, colică biliară etc. De regulă este vorba de un anume aliment.

Este demonstrativ cazul unei bolnave căreia i se declanșau violente crize de astm ori de cîte ori mînca pește. O altă bolnavă făcea urticarii generalizate însoțite de dureri abdominale (colici intestinale) cînd mînca orice preparat în care se găsea albuș de ouă. În scopul de a se studia modificările ce se produceau pe intestin s-a încercat radiografierea tubului digestiv. În acest scop s-a pus în bariul pe care bolnava trebuia să-l bea, sub ecranul radiologic, albuș de ouă. La cîteva momente după ingestia bariului (cu albuș de ouă), pe intestin s-au declanșat mișcări violente, traduse prin puternice colici abdominale. Bolnava s-a umplut de o erupție urticariană însoțită de o violentă durere de cap. Tensiunea arterială a scăzut brusc și bolnava și-a pierdut cunoștința. Intervenția promptă a medicilor a salvat bolnava, care făcuse un șoc alergic alimentar.

Alergia alimentară este o realitate și o întîlnim din ce în ce mai frecvent în condițiile vieții noastre civilizate.

Fără îndoială că frecvența acestor alergii alimentare se datorește alimentelor (sofisticat preparate) sau conservanților (substanțe chimice care se combină cu alimentele și pot da naștere la alergeni). Principalul factor însă în declanșarea alergiei alimentare este modul hiperergic de a reacționa al individului alergizat.

Condițiile care favorizează alergia alimentară sînt cele care «așternt patul» alergiei în general.

Nu este mai puțin adevărat că în ultima vreme se «aruncă vina» pe alergie și pentru o serie de tulburări care, de fapt, nici pe departe nu sînt alergice. Cade în sarcina medicilor care se ocupă de această specialitate să «descurce» acești bolnavi și să atribuie alergiei ceea ce i se cuvine din suferința bolnavului.

În cazul alergiei alimentare, primul lucru pe care trebuie să-l facă bolnavul este să evite alimentele pe care el știe că nu le poate suporta. Este bine ca și prietenii să știe acest lucru și să-l menajeze în cazul în care îl invită la masă.

În al doilea rînd, foarte important la acești bolnavi este o anumită igienă alimentară:

— mîncatul la ore fixe;

— mestecatul perfect al alimentelor;

— evitarea alimentelor care favorizează pătrunderea sau exagerează acțiunea alergenilor alimentari la nivelul tubului digestiv ca: băuturile alcoolice (bere, vin, țuică etc.), condimentele, ciocolata, cacao;

— evitarea mîncărurilor prea complicat preparate;

— se va avea grijă să se aranjeze tranzitul intestinal, în sensul că bolnavul să aibă scaun regulat, zilnic;

— se vor evita pe cît posibil supărările, stresul, eforturile fizice exagerate.

Medicii specialiști vor întregi lista măsurilor terapeutice la acești bolnavi cu indicațiile, medicația și procedurile necesare fiecărui caz în parte, în scopul de a restabili echilibrul răspunsurilor organismului la factorii de mediu.

Dr. VALENTIN FILIP,
medic primar,
Centrul de alergologie și imunologie clinică
București

Dialog intim cu vîrstele

Observația unuia din soți că partenerul său de viață «s-a schimbat în ultima vreme» nu este lipsită de temei. În căsnicie cei doi soți traversează diverse etape ale vieții, fiind mereu sub influența mediului intern și al vîrstei. Resimțite fizic și psihic, modificările vîrstei sînt mai accentuate în perioadele critice ale vieții, ca de pildă: sarcina și menopauza la femei, andropauza la bărbați.

În adolescență, dezvoltarea rapidă fizică și psihică a tînărului coincide cu accelerarea sexualizării. Numai că acestea nu trebuie confundate cu maturitatea corporală și de gîndire. Chiar dacă la pubertate este potențial fecund, el este imatur din punct de vedere psihosexual. Tînăra adolescentă cu aparențe de femeie nu este încă formată pentru căsnicie. Sub imboldul exploziei hormonale, adolescentul este plin de elan, apt intelectual, cu gîndire vioaie, el are entuziasmul, dar și inconștiența tinereții. Este vîrsta cînd marile iluzii se împletesc cu primele dezamăgiri. Majoritatea adolescenților doresc ca sentimentele lor de dragoste să fie eterne, dar îi caracterizează tocmai instabilitatea afectivă și psihică. Cu trecerea anilor, ideile devin mai concrete, țelurile sînt mai bine conturate. Căsătorindu-se din dragoste, tinerii sînt convinși că vor fi fericiți. De la început apar însă greutăți cu care nu sînt obișnuiți și care generează primele conflicte. Pentru viitorul căsniciei, primele impresii pot fi

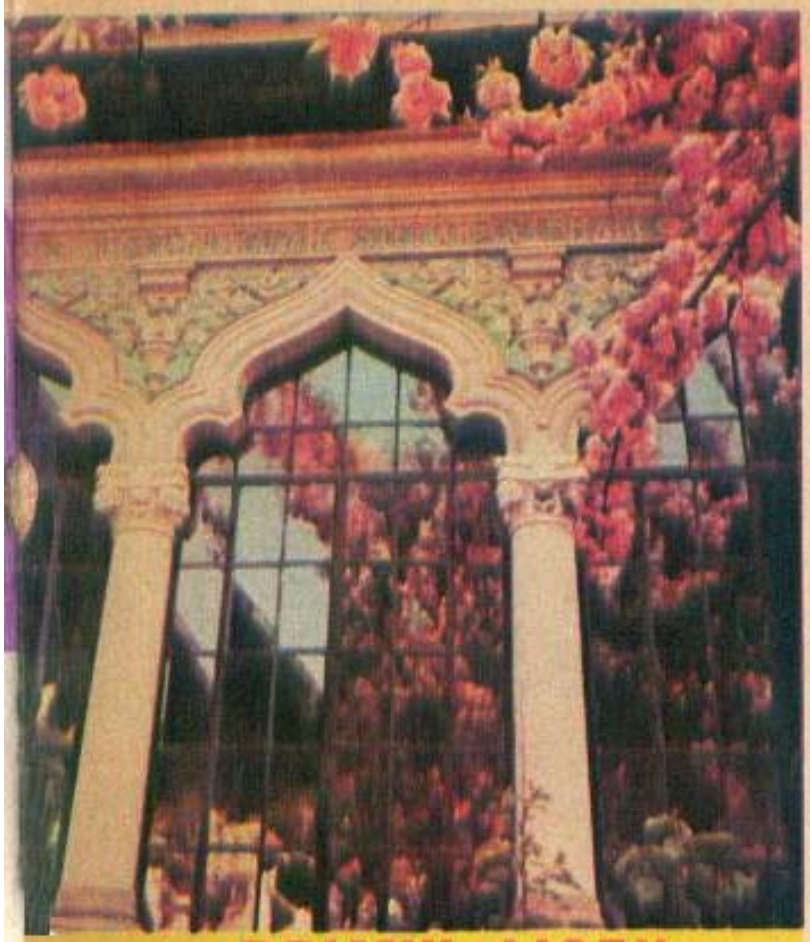
decisive. De pildă, brutalitatea bărbatului în momentul apropierii poate cauza suferință și teamă, ceea ce o face pe tînăra soție să evite momentele de intimitate, fapt care duce la dereglări hormonale și la frigiditate. Alteori, tînăra nevastă, nepregătită psihologic pentru pasul făcut, ruptă de realități, este neplăcut surprinsă de stîngăcia și timiditatea soțului, interpretînd în mod greșit eșecul «primei întîlniri». Jignită de comportarea bărbatului, se refugiază la părinți, care, în mod greșit, îi întreține starea de spirit. La rîndul său, băiatul, convins că este «grav bolnav», se duce la medic, care îl găsește perfect normal, explicația fiind doar lipsa sa de experiență. Fără îndoială că fiecare cuplu trece printr-o perioadă de adaptare mai mult sau mai puțin lungă, în funcție de răbdarea și înțelegerea celor doi parteneri. De cele mai multe ori, conflictele conjugale nu sînt de resortul medicului și se pot rezolva între cei doi soți. Cu timpul, micile neînțelegeri sînt date uitării. Alți nori se ivesc însă la orizont. Unul din motivele principale care pot afecta trăinicia căminului îl constituie lipsa urmașilor. După cîțiva ani de căsătorie fără copii, îndoiala se înfiripă nemărturisit în mintea fiecăruia. Oare celălalt să fie de vină? Dacă ar fi știut dinainte poate că nu ar mai fi făcut acest pas, sau... cine știe, nici acum nu este prea tîrziu să... De obicei incapacitatea de procreere se datorește ambilor soți, dar știința modernă oferă posibilități noi de diagnostic X, de tratare și de combatere a sterilității. Cauzată de insuficiențe hormonale, de afecțiuni genitale, urmarea unor infecții ale aparatului urogenital, sterilitatea cuplului se investighează și se tratează pentru ambele sexe. Tratamentul cu preparate hormonale, sintetizate în ultimul deceniu, face posibilă apariția sarcinii chiar în cazurile socotite pînă de curînd imposibile. Succesul este însă asigurat și de răbdarea și de perseverența cu care unul sau cei doi urmează tratamentul.

Odată cu sosirea pe lume a copilului, liniștea se restabilește în cămin. Se pot ivi însă stări de tensiune între soți legate de perioada de abstinență exagerată la care este supus bărbatul în timpul sarcinii sau provocate de comportarea soției în perioada postnatală. Preocupată de îngrijirea copilului, își neglijează soțul, acesta simțindu-se frustrat de afecțiunea femeii.

Vîrsta adultă reprezintă o perioadă de echilibru nervos și hormonal, de randament maxim intelectual și fizic. Ea se continuă cu perioada de declin sau senescență, timp în care funcțiile organismului se reechilibrează pentru o nouă etapă a vieții. Tranziția între cele două vîrste este marcată de o perioadă critică, menopauză sau climacteriu la femeie și andropauză sau climacteriu viril la bărbat. În mod normal, menopauza se instalează între 48 și 52 de ani. Cînd se produce involuția treptată și generală a organelor, cu pierderea funcției ovariene caracterizată prin încetarea menstrelor. Considerată pe nedrept o stare patologică, menopauza, de fapt, este un eveniment fiziologic normal. O importanță deosebită în ce privește intensitatea manifestărilor de climacteriu o au factorii psihoafectivi. Tulburările nervoase și vegetative (insomnia, starea depresivă, valurile de căldură, transpirațiile abundente), dereglările vasculare (palpitațiile, amețelile, oscilațiile tensionale), anxietatea pierderii atracției fizice și teama de îmbătrînire sînt mult accentuate de supărări, dar pot fi corectate prin medicație ajutătoare, dar mai ales prin atmosfera din cămin, prin dragostea, căldura și înțelegerea pe care le găsește la soț și la copii.

La bărbat climacteriul se instalează treptat după 50-55 de ani. Spre deosebire de femeie, secreția de hormon masculin și capacitatea de fecundare scad lent, bărbatul fiind apt de procreere pînă la vîrste înaintate. Scăderea virilității și a interesului sexual sînt accelerate de diabet, hipertensiune arterială, obezitate, de stresuri psihice, de suprasolicitări, de abuzul de tranchilizante, alcool sau tutun. În contextul procesului de îmbătrînire este inclusă frecvent și apariția adenomului de prostată. Tulburările neurovegetative ale bărbaților vîrstei a treia se manifestă cu iritabilitate, oboseală, insomnii. Dar la toate vîrstele, bărbatul are nevoie de afecțiune, stimă și de delicatețe din partea femeii sale, mai ales spre bătrînețe, cînd cei doi soți au rămas singuri și cînd îi apasă anii. Viața sexuală rațională este posibilă pînă cîrziu, fiind totodată utilă menținerii unui echilibru nervos și hormonal.

Dr. MADELEINE MĂICĂNESCU GEORGESCU



PRIMUL LICEU DE FETE DIN ȚARA ROMÂNEASCĂ

Pe treptele simple de piatră tocite de pașii atîtor generații de elevi, o adolescentă de azi își recitea șoptit o compunere: «...dragostea pentru istorie înseamnă cea mai înaltă și cea mai pură dragoste de oameni». Așa scrisese ea în încheiere, memorînd cuvînt cu cuvînt această frază ce o tulburase încă de cînd o rostise, de la catedră, profesoara ei. Încercînd să mai pătrundă încă puțin în adîncimea acestei idei, tînăra fată a mai urcat o treaptă către poarta cea mare, de veche cetate, a bătrînei clădiri a liceului și cu sfială și emoție a privit umbrele atîtor școlărițe ca și ea, multe dintre ele devenite personalități de seamă ale științei și culturii românești.

Da, din dragoste de oameni se înălțase atunci, cu mai bine de un secol în urmă, și această Școală centrală de fete (i s-a zis centrală cu sensul de suprasprimară). Ideile generoase ale revoluției de la 1848 continuaseră să trăiască și să lumineze decenii de-a rîndul mințile cele mai luminate și inimile cele mai înflăcărate ale urmașilor. Ideea emancipării femeilor — ca toate celelalte revendicări — nu se stinge odată cu înfrîngerea revoluției; cărturari și profesori, oameni cu dorința de progres vor încerca, în anii și deceniile de după 1848, să le transpună în viață, firește, în limitele epocii și ale contextului politic și social al timpului respectiv. Așa a rodit ideea de a se acorda femeii posibilitatea de instruire și educație, de a-i deschide drumul spre însușirea unei meserii, a unei profesiuni. Ceea ce s-a și dovedit ulterior, chiar odată cu primele promoții ale acelei întîi școli. «Pensionatul Domnesc de fete», ce se deschide prima oară la 20 noiembrie, în anul 1852, pe podul Tîrgului de afară, în casa ce se zice a lui «Manuc» («Vestitorul Românesc», nr. 90, 1852). Era prima școală secundară de fete din Țara Românească și al doilea așezămînt de învățămînt și cultură din București (după «Colegiul național Sf. Sava»). În acei ani, cînd accesul femeii la viața socială era foarte limitat, din Școala centrală de fete — cum s-a numit începînd din anul 1864 — își iau zborul primele ilustre învățătoare și luptătoare pentru progres social, primele bacalaureate și licențiate, apoi femei medici, ingineri, juriști, femei de înalt prestigiu cultural și științific, militante pentru emanciparea femeii. Chiar dacă în concepția vremii și a învățămîntului de atunci fetele erau pregătite numai în domeniul literaturii, picturii, muzicii și lucrului de mînă, multe dintre elevele acestei școli au spart tiparele vechi, au învins prejudecățile timpului și au hotărît să fie chiar și fizician, chimist și astronom. În 1903 a absolvit Școala centrală de fete din București Ștefania Mărăcineanu, care își ia apoi licența în științe fizico-chimice la Universitatea din București, și în 1919 pleacă la Paris ca bursieră, urmînd cursurile savantei Marie Curie. Altă elevă a acestei prime școli de fete devine, prin studii și dîrzenie, prima femeie astronom, Maria Teohari, iar prima femeie inginer din Europa a fost tot o elevă a acestui liceu, Eliza Leonida-Zamfirescu, studentă de excepție, apoi la Școala politehnică din Berlin-Charlottenburg, pe care o absolvă în 1914 ca inginer diplomat în chimie și metalurgie.

Începînd din anul 1890, școala Centrală de fete se statornicește în clădirea pe care marele arhitect-inginer Ion Mincu o ridică în str. Icoanei, dăruind astfel Capitalei un edificiu ce exprimă cu eleganță și rafinament geniul artei noastre populare. În imaginea urbanistică a Bucureștiului de la sfîrșitul veacului al XIX-lea, clădirile realizate de acest artist patriot au adus o contribuție strălucită la făurirea unei culturi naționale.

Elevii de azi ai liceului, cu profil istoric-filologic, învățînd într-un astfel de edificiu declarat monument de arhitectură și în cele mai luminoase tradiții ale istoriei neamului sînt cu atît mai mult pătrunși de un spirit de studiu și de muncă, datori să devină, în șirul ilustrilor înaintași, zidirorii de mîine ai României socialiste.

TANȚA DUMITRESCU

IDEEA FEMINITĂȚII
ÎN ARTA PLASTICĂ POPULARĂ

MEREU TULBURĂTOARE, ACESTE CREAȚII ANONIME

eea ce este chipul nostru răsfrînt în apa vie a creației populare trece cu mult hotarul a ceea ce în mod curent numim portret, oricît de măiestru ar fi el pictat sau sculptat. Femeia, mama, iubita, sora sau tovarășa de luptă, de-a lungul secolelor, este gravată adînc în lirica și epica poporului nostru, în arta plastică, în muzică și dans, în tot ceea ce omul, în întrecere cu natura, a făptuit ca artă, suprema năzuință a vieții de a dura, de a rămîne. Moștenim ca popor o vocație adîncă și veche a creației, perpetuată într-un efort continuu de zidire și perfecționare, de «mai frumos», în întregul spațiu nostru românesc.

Arta noastră populară constituie astfel nu numai un izvor, dar și un exemplu și un îndemn. Tot mai insistent, referirile implicînd sensurile generale ale culturii românești aduc în cîmpul observațiilor și al analogiilor modalitățile de exprimare specifice creației poporului român. Marile noastre creații originale — și marii ei creatori: Eminescu, Enescu, Brâncuși, Tuculescu —, care au înscris cultura românească în capitolul artei moderne europene și mondiale, sînt universale tocmai prin faptul că pornesc de aici, de pe cîmpia Dunării și plaiurile Carpaților, purtînd în ele ecourile prelungi și grele ale tulburătoarelor creații anonime, ale celor ce au făurit istoria și cultura pe acest picior de plai. «...Cel mai suveran mijloc de a înțelege un popor este acela de a-i cunoaște și aprofunda tradițiunile, știința și creațiunile sale simple, naive, dar adeseă străbătute de un spirit vast și genial, pe care numai mulțimile și popoarele îl pot avea...» (B. Șt. Delavrancea).

Se poate spune, dealtfel, că spiritul creator îl au acei oameni ce privesc spre viitor, aceia care înțeleg lucrurile noi în curs de devenire și de definire. Așa că nu-i tocmai de mirare să cutezăm a afirma că acele ființe purtătoare de viață, femeile, mamele au fost și cele mai active creatoare și purtătoare ale comorilor adunate de milenii în sufletul și cugetul unui popor. Aici, în «dumbrăvile minunate» ale artei populare, vom afla acel chip al «tinereții fără bătrînețe»

Privind aceste imagini ca pe una singură, pornită dintr-un suflet de om, fie că a trăit cu veacuri în urmă, fie că ne este contemporan, poate că vom înțelege mai bine dialogul peste timp și spațiu între vechi și nou, între tradiție și modern.

pe care artistul anonim l-a întruchipat mereu în imaginea maternității, a soarelui și a ochilor, a frunzei regeneratoare, mereu verde, în doine și pe ceramică, pe scoarțe și covoare. Fiindcă dincolo de chipul propriu-zis al femeii, prezent în toate genurile și speciile creației folclorice, ideea feminității, identificată și la noi, ca la toate popoarele lumii, cu ideea frumuseții, a fecundității, a naturii, a pămîntului, a vieții deci a constituit o preocupare permanentă a spiritului creator. Din cele mai vechi timpuri, arta a căutat în adîncurile umanității acele realități fundamentale și a urmărit cu pasiune sentimentele esențiale; ea a forțat universul — mereu cu un pas înaintea științei — să-și dezvăluie legile și să instaureze treptat domnia spiritului, a armoniei. Cînd omul primitiv sau cioplitorul popular, sau sculptorul modern a încercat să smulgă materiei — pămînt, piatră, lemn, marmură — chipul mamei ce-și alăptează copilul, forma și ideea acestei îmbrățișări se modelează și în conștiința creatorului, ca și a privitorului, încărcîndu-ne de acea forță interioară ce-i zicem dragoste, misterioasă ca viața, ca arta.

Arta figurii omului are pe teritoriul patriei noastre o strălucită tradiție și se leagă, prin diferite încrengături și circulații de idei artistice, de cele mai renumite arii de civilizație și arte ale omenirii. Fie printr-o reprezentare integrală, fie parțial (chip, ochi, mîini), imaginile omului, începînd cu figurinele străvechi, cum ar fi idolii de la Cucuteni, Cîrna, Gumelnița, Verbicioara, picturile pe lemn de pe lăzile de zestre, de pe sticlă și ceramică, personajele țesute sau cusute pe pînze, pînă la arta păpușilor, a măștilor sau a vrăjitoarelor sînt mai mult reprezentate de femei, alteori perechi sau hore în care apar și bărbați. Concepția artistică, precum și tratarea denumită în termeni de estetică «realism-geometrism» sînt foarte vizibile în producția de textile românești, în care coloritul, ritmul și relieful obținut prin jocul liniilor și al dungilor creează o lume fermecătoare, în care personajele sînt schițate sumar, dar foarte expresiv, încît par adesea în mișcare. Să ne amintim de șirurile de hore de pe catrințe sau de pe scoarțe, în care specificul cromatic, integrarea compozițională, forma de expresie sînt de o pronunțată spiritualitate românească, deși motivul ca atare nu se limitează doar la teritoriul țării noastre, prezența sa, fiind de domeniul artei populare universale. Pe cusăturile sau țesăturile mai vechi, siluetele feminine sînt realizate din triunghiuri și dreptunghiuri, fața fiind punctată cu cercuri miniaturale, închipuind ochii, nasul, gura; mai tîrziu aceste figuri sugerează și elemente ale modei: apar astfel zulufii, evantaiul, umbrela. Prestigiul culturii îl dețin însă acele figuri simple și geometrizate, pînă la asemănarea lor cu unele motive abstracte, înfiripate din cîteva împunsături cu acul, ceva ca un desen în creion, nimic calculat și totuși redînd conformația trupului și mișcarea lui vie, ca la marii maeștri. Așa au desenat — au pictat cu acul — femeile: și numai un talent deosebit, care trebuie să fie și o vitalitate deosebită, poate să convertească efortul cotidian pentru cele necesare traiului în trăire, în bucuria de a născoci și a crea într-o entuziastă întrecere cu natura. Artistul popular a fost întîiul exemplu în acest sens; femeia ce și-a cusut pe ie floarea trecătoare din fereastră a descoperit prima puterea omului de a face să dăinuie și să rămînă fapta sa. Iată de ce arta populară nu este numai un element de tradiție, ci un factor de înnoire, dar unul interior, organic implicat în procesul prefacerilor moderne. Întoarcerea la izvor este, de aceea, un îndemn greu de înfăptuit, puțini sînt aceia ce ajung la ei, cei mai mulți păcălindu-se prin încercări de a-i coopta de la distanță: așa iau naștere moda și modernismul, recurgînd la sintezele artei populare, la geometrismul ei, la simplitatea reprezentărilor ei, fără să refacă drumul, lung și anevoios, al simțirii și al înțelegerii. Să privim, să reflectăm cîteva clipe asupra acestor imagini unitare, asemănătoare, și totuși unicate, fie că e vorba de artistul anonim, fie că e vorba de genii ale artei plastice românești, purtătoare ale spiritualității, dintotdeauna, a poporului nostru, dar și a omului, a umanității.

CONSTANTINA CARANFIL

„ȘOIMILOR, patria-n vers..."

Din poeziile selectate la concursul revistei «Femeia»

GÎND

Tovarășului Nicolae Ceaușescu

Tare mult
să fiu
aș vrea
ghiocel
pe masa
lui,
strop de
rouă
răcorind
fruntea-ncinsă
de un gînd:
de-a-nălța
spre pisc de
soare
țara mea
nemuritoare.

MIHAI LĂU

TRICOLOR

Primăvară, primăvară,
Vino-n jocurile noastre,
Florile să crească-n țară
Roșii, galbene și-albastre!

DUMITRU VĂCARIU

ȘOIM AL PATRIEI MĂ CHEM

Port pe cap pălărioară,
Și la gît port tricolor,
Port în suflet România
Și pe-al ei conducător.

Port în inimă partidul
De nimic eu nu mă tem
Sînt cuminte și sînt harnic
— Șoim al patriei mă chem.

AURORA CESA

BUCHETUL MAMEI

Eu măicuței i-am cules
Violeta, albăstreaua
și mai alb, mai alb ca neaua,
ghiocelul clătinîndu-și
lin, cercelul.
În buchet nu am uitat
Să îi pun neapărat
Sănătatea într-o floare,
Bucurii și strop de soare,
fericire fir cu fir
Și în panglica legată
Toată dragostea curată.

AURELIA ONCESCU

STELUȚA NESTEMATĂ

Stele mari
Și pui de stele
Îmi rîd seara
Prin perdele
Dar
Mai vesel rîde-o stea,
Din culcuș de catifea,
Colo în odaia mea.
Stea
De aur,
Nestemată,
De măicuța cîștigată,
Pentru munca ei, răsplată.

DIANA CORTES

PÎINEA

Albă-i pîinea și gustoasă,
Că-i din grîu de Bărăgan,
Grîu de țarină mănoasă,
Grîu din muncă de țăran
Pentru casă luminoasă.

Mulțumesc cu gînd curat,
Mulțumesc cui mi te-a dat,
Să te am acum pe masă,
Pîine bună și gustoasă.

ELENA DRAGOȘ

ULCICA DE LUT

Dintr-un bulgăre de lut
Prelucrat frumos la roată
Mîinile tatii-au făcut
O ulcică minunată.

Pe ulcică a pictat
Brîu de rîuri și de flori,
Plaiul țării minunat,
Chip de fete și feciori.

Cînd beau apă din ulcică,
Setea-mi potolesc îndată.
Eu regret că sînt prea mică
Să muncesc ca tine, tată.

Lutu-și spune azi povața
Din strămoși către urmași:
Ești dator ca toată viața
Ce-i frumos țării să-i lași.

FLORICA ȚEȚ

COPIII PE TERRA

Avem mîndria să afirmăm că în puține țări din lume grija pentru creșterea și educarea copiilor se manifestă atît de plenar ca în România socialistă. Experiența românească, dobîndită în anii socialismului, și mai cu seamă în ultimul deceniu, este admirată pretutindeni în lume. Este exemplară politica partidului și statului nostru în domeniul educației, învățămîntului, ocrotirii sănătății, vieții cultural-artistice și sportive a copiilor. «Vlăstarele României trăiesc în condiții exemplare de existență și înflorire» — spunea Helvi Sipilă, prestigioasă personalitate feminină, secretar general adjunct al O.N.U.

După cum este cunoscut, anul 1979 a fost declarat An Internațional al Copilului. În întreaga lume vor avea loc ample acțiuni. Scopul: să se amelioreze, pe cît posibil, situația precară în care sînt nevoiți să trăiască zeci de milioane de copii de pe Terra, mai cu seamă din țările în curs de dezvoltare. Tarele sistemului capitalist în acest domeniu uman fragil se evidențiază pregnant.

COPIII ȚĂRII, ȚARA COPILĂRIEI FERICITE

Copiii țării! Lumea lor unică, pe care o cuprindem într-o îmbrățișare caldă, imensă, care ne încălzește inimile cu zîmbetul ei senin, ne este aproape nouă, mamelor, nouă, părinților, o privim cu dragoste, cu răspundere. Cu bucuria de a redescoperi zi de zi noi mărturii ale grijii atente, neîntrerupte a societății față de vlăstarele care ne vor continua în timp idealurile, demnitatea, munca, cutezătoarele edificii pe care le ctitorim azi.

În albumul marii familii care este țara, imaginile copilăriei fericite ne însoțesc pretutindeni, merg mînă în mînă cu cele ale înfăptuirilor socialiste.

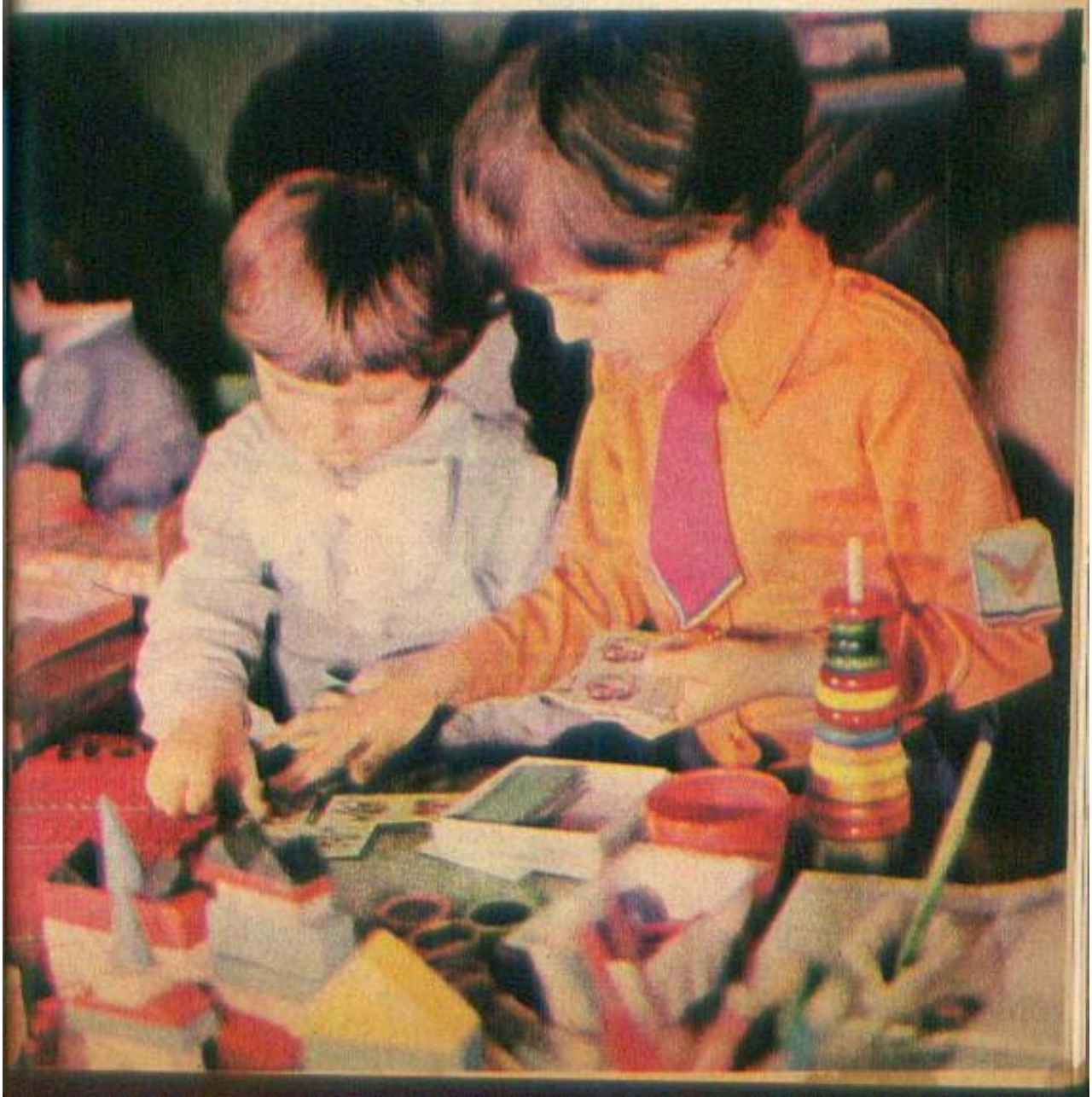
Mîndria părintească nu poate fi cu nimic asemuită! În fața țării, în fața lumii întregi, încercăm un sentiment de imensă mîndrie față de tot ceea ce alcătuiește viața atît de bogată în împliniri și perspective certe a fiilor noștri. Să apelăm la cifre. Ele pot spune foarte mult, dar să încercăm a le adăuga imaginea vie a ceea ce reprezintă ele. Să întreprindem o incursiune succintă în universul copilăriei, să ni-i înfățișăm pe toți copiii țării, mai mari sau mai mici, așa cum trăiesc ei pe toate meleagurile, în cătunele îndepărtate sau în cele mai moderne așezări urbane.

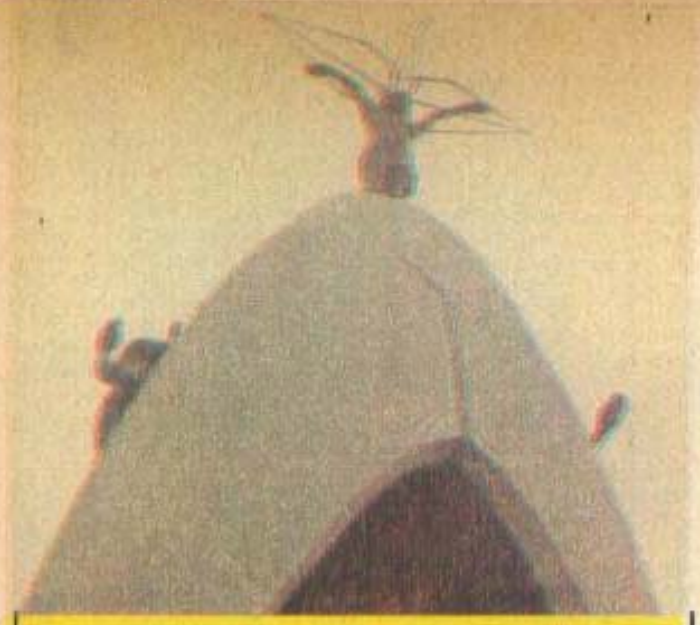
Să le urăm pentru început bun venit pe lume și o viață frumoasă acelor copii care văd zilnic lumina zilei în maternități și case de nașteri, sub îngrijirile atente, competente ale personalului medical. (Peste

97 la sută din totalul copiilor se nasc în instituții sanitare, toți copiii beneficiază din prima clipă a vieții de asistență medicală gratuită, de medicamente gratuite.) Să păşim în vîrful picioarelor fără a stingheri somnul sau orele de masă ale celor 90 000 de copii care sînt îngrijiți în creșe, în timp ce mamele lor își îndeplinesc neîmpovărate de grijă obligațiile profesionale. (Îngrijirea unui copil, în creșă, totalizează suma de 6 000 de lei anual.) Să ne continuăm drumul mai departe, în grădinițele care, odată cu întregul învățămînt, și-au deschis porțile pentru circa 840 000 de preșcolari. (Îngrijirea și educarea unui copil în grădiniță costă peste 1 700 de lei anual.) Să ne îndreptăm privirile spre lăcașurile de muncă și cultură ale școlilor în care copiii se pregătesc pentru muncă, pentru viață.(Peste 3 150 000 de elevi frecventează învățămîntul primar și gimnazial, iar peste 1 000 000 învățămîntul liceal. Circa 130 000 de elevi urmează școlile profesionale.) Să adăugăm și aici că instruirea și educarea unui elev în învățămîntul primar și gimnazial costă statul circa 1 858 de lei, iar în învățămîntul liceal 3 963 de lei anual. Toate aceste importante sume sînt un dar făcut cu dragoste și responsabilitate copiilor țării. Dar nu venit din senin. El reprezintă un efort, o investiție materială, morală și afectivă, cărora trebuie să le acordăm întreaga noastră prețuire. Să ne amintim de trecutul nu prea îndepărtat în care statisticile înregistrau în România antebelică milioane de copii analfabeți, subnutriți, bolnavi cronici, exploatați de la o vîrstă fragedă, să privim încă o dată în jurul nostru, în orașul ori satul nostru, în casa noastră și vom realiza încă o dată imaginea tonică, optimistă a vieții pline, bogate în împliniri a copiilor noștri, și înălțătorul sentiment de mulțumire, dragoste și recunoștință pentru făuritorii acestor ani de aur ai copilăriei fericite: partidul comunist, secretarul său general, tovarășul Nicolae Ceaușescu. De aceea, ori de cîte ori în drumurile sale neobosite prin țară copiii îi înmînează conducătorului partidului și statului buchete de flori multicolore, simbol al dragostei și recunoștinței, în acele gesturi simple, dar încărcate de emoție este prezentă și întreaga stimă și recunoștință a noastră, a mamelor, care nu cunosc mai mare bucurie decît aceea de a-și vedea copiii crescînd frumos, dezvoltîndu-se armonios, pregătindu-se pentru a fi folositori patriei. Acesta este gîndul mamelor, al părinților de a sădi în conștiința copiilor respectul și datoria față de țară, de a-i deprinde cu hărnicia și cu respectul muncii, de a nu admite lenea și răsfățul, de a-i crește cinstiți, cutezători și neînfricați, în dragoste și prietenie cu toți copiii lumii.

Dragostea către copii înflorește, se întoarce înmiit către cei care o poartă în inimile lor calde.

CONSTANȚA NICULESCU





Monumentul copiilor victime ale bombei atomice de la Hiroshima.

• REPORTER:
JAPONIA

MLĂDIȚELE HIROSHIMEI

Mă aflu din nou în acel loc de tristă amintire de pe harta lumii în care raţiunea omului, înlocuită doar pentru cîteva clipe de demenţia lui, a transformat o aşezare omenească într-un cimitir al vieţii. În Parcul Păcii mă gîndesc, aproape fără să vreau, la soarta tristă a acestui oraş de a fi fost prima victimă a bombei atomice.

La intrarea în Muzeul memorial al păcii din centrul parcului se află un panou imens înfăţişînd oraşul Hiroshima, aşezat pe cele şase braţe ale fluviului Otagawa — pe Enkagawa, Kyobashigawa, Motoyasugawa, Otagawa, Temmagawa şi Otagawacanal. Sus, în stînga panoului, este scris Hiroshima (Hiro, adică înţelepciune — pe un fond alb şi shima, adică insulă — pe fond negru), vrînd parcă să sugereze zguduitoarea istorie a acestui oraş devenit victimă a războiului imperialist.

Ies din muzeu urmărit de zîmbetul drăcesc al lui Voltaire — imortalizat în bustul acestuia, dăruit muzeului de un sculptor francez — şi pornesc prin parc. Trec pe rînd pe lîngă cenotaful memorial, flacăra veşnică a păcii, statuia mamei şi copilului şi ajung la Monumentul copiilor victime ale bombei atomice, înălţat ca o rachetă sprijinită pe trei picioare suple şi pe care se află trei statui de bronz ale elevei Sadako Sasaki. Monumentul simbolizează istoria zguduitoare a copiilor Hiroshimei şi este, mai tot timpul, înconjurat de copii ai oraşului, sau de excursionişti din toată Japonia, sosiţi aici pentru a depune jerbe de flori şi cocori confecţionaţi din hîrtie.

Cînd a explodat bomba atomică — spune unul dintre acești elevi —, Sadako abia învăţa să meargă. Nu a mai trăit decît 12 ani după explozie, deoarece, afectată de iradiaţii, s-a îmbolnăvit de leucemie şi a fost internată în spitalul victimelor bombei atomice. Aici, din dorinţa fierbinte de a se însănătoşi şi a putea merge din nou la şcoală, a început să confecţioneze cocori de hîrtie. Spera că dacă va reuşi să facă o mie de cocori — aşa cum spune în credinţa populară niponă — se va însănătoşi. Cu toată stăruinţa ei, micuţa Sadako n-a putut face decît 643 din aceste păsări deosebit de îndrăgite în Japonia pentru blîndeţea şi devotamentul lor, calităţi care au făcut din cocor simbol al norocului, fidelităţii şi vieţii lungi.

Colegii de clasă ai lui Sadako Sasaki — îmi spune Mikio Sano, un bătrîn supravieţuitor al prăpădului atomic — au lansat un apel către elevii Japoniei şi cu banii colectaţi în toate şcolile din arhipelag au ridicat impresionantul monument, sub care aproape tot timpul zilei se află copii de toate vîrstele. Ei vin din întreaga ţară pentru a depune flori şi cocori albi din hîrtie în memoria lui Sadako, dar şi cu speranţa că făcînd cît mai mulţi cocori îi se va îndeplini dorinţa de a nu se mai repeta niciodată şi nicăieri în lume atacul bombei atomice, oricît s-ar înfuria zeul războiului şi oricît ar creşte poftele imperialiştilor şi militariştilor. Ei vin cu speranţa că copiii lumii nu vor mai cunoaşte ororile ucigătoarelor bombe, fie ele atomice, nucleare sau cu neutroni.

FLOREA ŢUIU

• REPORTER:
R.P.BULGARIA

COPILUL CENTRALEI ATOMICE

Deşi locuiam amîndoi în Sofia, pe micuţa Tania Ruskova am cunoscut-o prima oară pe un mare şantier, aflat la peste 150 de kilometri de capitala Republicii Populare Bulgaria. Nu era constructor — nici nu putea fi la cei 11 ani ai ei — şi totuşi era... un om al şantierului. Venise aici la Kozlodui, locul unde se construia prima atomo-centrală bulgară, încă

La o serbare a copiilor bulgari.

de la primul țăruș. Își însotea tatăl, care fusese numit reprezentantul beneficiarului.

Cînd am ajuns acolo, ea făcea parte dintre veteranii șantierului. Ba chiar unii, atunci cînd vorbeau despre ea, obișnuiau să-i spună «copilul atomocentralei». Purta întotdeauna, conform regulilor de protecția muncii, echipament de constructor, inclusiv cască albă de... inginer, ca și tatăl ei. Ne-am împrietenit repede. Am aflat, astfel, că, în afară de șantier, cea de a doua mare pasiune a ei este pianul. Nu m-am mirat de aceea cînd, propunîndu-i să-mi spună ce-ar dori să-i aduc din București, m-a rugat să-i caut partituri de pian de compozitori români.

Vacanțele și le petrecea aici, la Koziodui, printre constructori. Mai mult decît atît, în timpul școlii era nelipsită, duminică de duminică, de la programul artistic pe care Casa de cultură a orașului îl prezenta fruntașilor șantierului. Tania oferea, astfel, prietenilor ei ce știa să facă mai bine: să cînte la pian. Multe aplauze s-au auzit la Casa de cultură din Koziodui pentru micuța pianistă; multe au fost și aplauzele cu care era ea întîmpinată de elevii clasei a V-a a școlii din Sofia atunci cînd le aducea noutăți despre «Pîrva atomna» și despre constructorii ei.

O duminică pe an lipsea, totuși, de la Koziodui — o duminică din luna aprilie, cînd, conform unei frumoase tradiții, în Republica Populară Bulgaria se desfășoară «Săptămîna literaturii și artei pentru copii». Fie că avea loc la Sofia, la Pernik, Botevgrad sau în orice alt oraș al țării, Tania făcea parte din reprezentativa capitalei, fiind o strălucită mesageră a artei pianului.

Odată a ținut să fiu și eu prezent la spectacolul din programul căruia făcea și ea parte. N-am putut s-o refuz. Îmi pregătise o surpriză: repertoriul ei, și așa destul de bogat, includea de data aceasta și piese ale compozitorilor Hilda Jerea, Dumitru Bughici, Mihail Jora, pe care i le dăruisem cu prilejul întîlnirilor noastre.

Tania, copilul centralei de la granița româno-bulgară, a vrut și pe această cale să întărească prietenia dintre noi. Și a reușit.

C. AMARIȚEI

Creșa și grădinița — un «start» de bun augur pentru viață.
(Imagine din R.D.G.)

• REPORTER: *MAURITANIA*

O ȘCOALĂ, DAR NU CA CELELALTE...

...Îmi amintesc de vizita la o școală primară din Nouakchott — capitala Mauritaniei. Ne întorseserăm după o scurtă plimbare prin împrejurimi. Același nisip se prelungea pe străzile orașului, în curți — pretutindeni. Și în școală. O școală ca toate altele, dar parcă altfel... Și aici copii dornici de a învăța ca peste tot. Veniți de pe întinderile nesfîrșite ale dunelor, strînși tot mai aproape de așezări, unde pot găsi apă — un bun de neprețuit pentru ei și turmele hămesite de seceta acerbă ce s-a abătut ani la rînd —, nomazii își trimit copiii să învețe. Un fapt cu totul și cu totul nou. Pentru cei ce continuă să trăiască ducîndu-și corturile după firele de iarbă au apărut școli ce-și mută «sălile» după locul de păstorit al turmelor. Cursuriile se țin la răsăritul sau apusul soarelui, sub cerul liber, înconjurați de animale și nisip — în ceasurile cînd și aerul și pămîntul au ceva din prospețimea acestor copii, care zîmbesc într-un fel anume...

Străbatem cîteva clase sub privirile curioase ale copiilor. Directorul școlii, Mohamed Dahmane, ne invită, de asemenea, să vizităm o mică, dar sugestivă expoziție cu diferite obiecte realizate de elevi. Lucruri gingașe, migăloase, din rădăcini, lînă și păr de cămilă, împletituri din piele, desene... Obiecte solicitînd îndelungate ore de muncă, imaginație. Multe din ele erau aidoma celor meșteșugite din generație în generație. Altele atestau reacția la lumea nouului, a civilizației. Curioase juxtapuneri: cămile și capre, automobile și avioane, tăvi pentru servicii de ceai — cei de mentă este tradițional —, huse pentru aparate de radio...

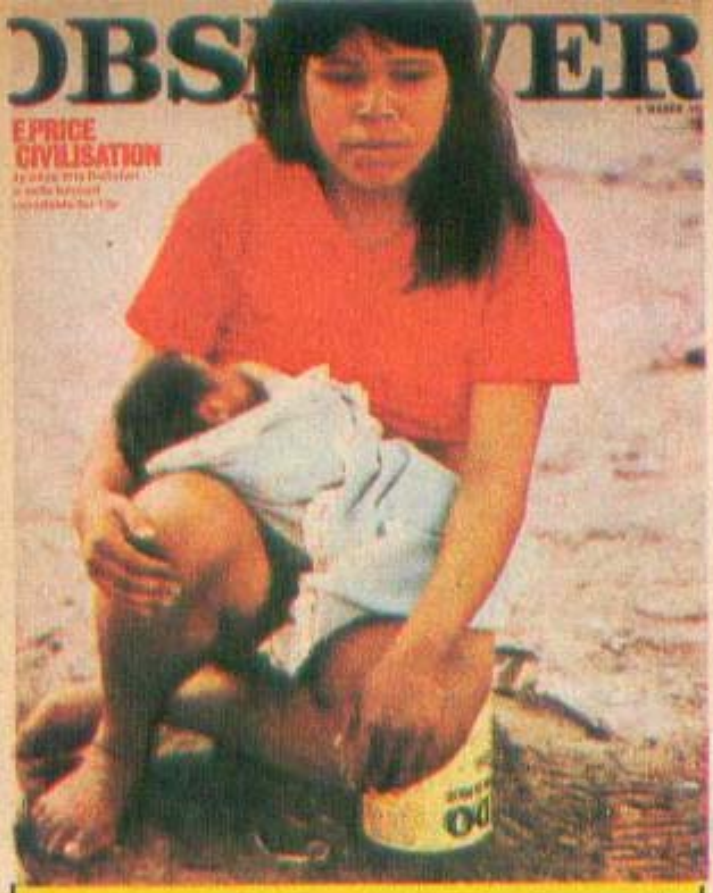
La plecare străbatem curtea «pardosită» cu nisip. Ici-colo, la marginea zidului care desparte școala primară — 216 elevi, 111 fete — de cea pedagogică — vecinătate normală —, ca niște liane, apăruseră trandafiri agățători lîngă salcîmi saharieni.

Aici, cu mai puțin de două decenii în urmă, nu exista nimic. Acum, prin bătălii, oamenii au forțat deșertul să se retragă. În aceste spații au apărut — ca mirifice oaze — semnele nouului. Edificii, unități economice și sociale, școli, spitale, apă și verdeață.

Părinții acestor copii nu și-au închipuit că pot smulge naturii asemenea daruri. Copiii acestor părinți au apetitul progresului în tot ce fac, în tot ce învață.

Imagini simbolice pentru Mauritania de azi, imagini simbolice pentru Mauritania de mîine...

IOAN TIMOFTE



Dramatica fotografie aflată pe coperta revistei britanice «The Observer».

CRIADAS

Am vizitat niște plantații din apropiere de Santa Cruz. Circa 40 000—50 000 de muncitori migranți, indieni, majoritatea din Altiplano, sînt aduși aici pentru a cultiva bumbacul și trestia de zahăr. Dintre ei, culegătorii de bumbac par a fi într-o situație mai grea, locuind în barăci mizere, unde dorm pe rogojini, cîte 30—40 de persoane într-o încăpere, adulți și copii laolaltă. Aflăm că muncitorii migranți sînt sclavi-datornici, iar datoriile pe care le-au făcut cresc de la an la an, astfel încît ei devin legați pe viață de un anume patron; copiii lor, care le moștenesc datoriile, vor fi și ei legați de același mod.

...În 1972, cînd s-a înregistrat un boom al bumbacului și o urcare a prețului bumbacului pe piața mondială, muncitorii au fost opriți cu forța să părăsească plantațiile și la Altiplano au fost trimise trupe să recruteze forță de muncă, în vreme ce la Santa Cruz școlile au fost închise, pentru ca copiii să aibă timp să ajute la cules.

...Cînd am sosit în tabăra de la Parión, a început o agitație; cîteva femei plîngeau cu disperare. Aveam să înțelegem rapid motivul. Aici, la tropice, în toiul sezonului uscat, aprovizionarea cu apă fusese tăiată de către misionari, ca măsură punitivă pentru nu știu ce ofensă adusă. Indienii, din care mulți erau bolnavi, și mulți copii sugari, trăiau fără apă de două zile.

În speranța că copiii lor vor primi o oarecare educație, și vor avea un viitor ceva mai bun din punct de vedere economic, indienii îi dau unor familii albe și devin *criadas*. Micii indieni, de cele mai multe ori fetițe, devin niște cenușărese pe care nu le va descoperi nici un prinț. Cenușăreasa va fi pusă la cîte o corvoadă neplătită de la vîrsta de cinci ani, va sta la dispoziția fiului familiei albe și nu se va putea căsători, deși va putea avea copii. O *criadas*, ni s-a povestit, poate fi vîndută sau împrumutată. Ea nu are drepturi de nici un fel: paria Americii Latine, a cărei existență nu este nici măcar consemnată. Nu se știe cît de mulți există. Și este uimitor în ce forme disimulate poate ființa sclavia.

(După «The Observer»)

Spectrul foametei...

VICTIME ALE SUBDEZVOLTĂRII

Monaco, paradis turistic și vitrină a opulenței, găzduiește, periodic, reuniuni consacrate nou-născutului. Sînt, putem afirma, reuniuni cu caracter științific, pentru că atunci cînd 300 de pediatri din 11 țări se adună și discută despre probleme ale profesiei lor, deliberarea se plasează în sanctuarul medicinei. Este adevărat însă că organizatorii — adică cei ce suportă cheltuielile manifestării — sînt două societăți care nu se ocupă cu știința, ci cu comerțul și care obțin profituri considerabile prin activitatea lor «multinațională». Dar, oricum, dincolo de mobiluri, dezbaterea rămîne interesantă prin concluzii. Aflăm astfel din «Le Monde» că participanții la «Monaco 3» și-au pus o întrebare vitală: malnutriția pune în pericol sistemul nervos al copilului? Profesorul Robert Debré (despre care cotidianul parizian scrie că «simbolizează în lumea întreagă pediatria modernă») apreciază că influența alimentației și a gradului de nutriție a mamei — în perioada sarcinii, cît și în cea a alăptării — este de o importanță capitală pentru dezvoltarea ulterioară a copi-

Spectrul foametei...

...și speranța de viață.

VICTIME ALE SUBDEZVOLTĂRII

Monaco, paradis turistic și vitrină a opulenței, găzduiește, periodic, reuniuni consacrate nou-născutului. Sînt, putem afirma, reuniuni cu caracter științific, pentru că atunci cînd 300 de pediatri din 11 țări se adună și discută despre probleme ale profesiei lor, deliberarea se plasează în sanctuarul medicinei. Este adevărat însă că organizatorii — adică cei ce suportă cheltuielile manifestării — sînt două societăți care nu se ocupă cu știința, ci cu comerțul și care obțin profituri considerabile prin activitatea lor «multinațională». Dar, oricum, dincolo de mobiluri, dezbaterea rămîne interesantă prin concluzii. Aflăm astfel din «Le Monde» că participanții la «Monaco 3» și-au pus o întrebare vitală: malnutriția pune în pericol sistemul nervos al copilului? Profesorul Robert Debré (despre care cotidianul parizian scrie că «simbolizează în lumea întreagă pediatria modernă») apreciază că influența alimentației și a gradului de nutriție a mamei — în perioada sarcinii, cît și în cea a alăptării — este de o importanță capitală pentru dezvoltarea ulterioară a copilului. La aceeași concluzie ajunge și profesorul John Dobbing de la Universitatea din Manchester, care corelează alimentarea la începutul vieții unui copil cu progresul său cerebral.

Este încă un semnal de alarmă. Lumea în care trăim, o lume în care zilnic se cheltuie peste un miliard de dolari pentru înarmare, cunoaște grave decalaje. 1 400 000 000 de locuitori ai planetei noastre, adică peste o treime din cei ce populează Terra, dispun doar de... 4 la sută din bogățiile mondiale. Dacă evaluările computerilor se vor dovedi exacte și dacă, prin absurd, nedreptățile prezentului s-ar perpetua, există riscul ca în anul 2018, dintr-o populație mondială de 9 700 000 000 de persoane, 7 700 000 000 să trăiască în zone rămase în urmă pe planul dezvoltării. Or, problema care ne interesează — a soartei copilului — este strîns legată, pentru sute și sute de milioane de oameni, de cea a eradicării subdezvoltării. Pentru că subdezvoltarea înseamnă nu numai absența nutriției și înapoierea agricolă, ci și foamete, maladii cronice, analfabetism, care își pun amprenta pe existența copilului. O statistică, publicată recent, estimează la 350 000 000 numărul copiilor sub cinci ani care, în «lumea a treia», nu beneficiază de un minimum esențial pentru sănătate, alimentație și instrucție.

Adevărurile puse în relief de realități ne îngăduie să investigăm daunele unei copilării căreia i se răpește bucuria și să măsurăm, încă o dată, dimensiunile tragice ale subdezvoltării.

M. RAMURĂ

COPILĂRIA ÎN PRIMEJDIE

Operînd cu statistici din sursă O.N.U., celebra economistă engleză Barbara Ward scria într-un articol, intitulat «Copilăria în primejdie», că ar fi nevoie doar de 20 de dolari pe an și pe copil pentru a se asigura caloriile și proteinele necesare restabilirii echilibrului: «Dacă se evaluează numărul oamenilor privilegiați din lume... se ajunge la cifra de un miliard. 460 de milioane de dolari ar ajunge pentru a se da copiilor săraci complementul de calorii și de proteine de care au nevoie. Aceasta reprezintă cca 50 de cenți pe an și pe persoană. O nimica toată, mai ales în țările în care cheltuielile anuale pentru înarmare se ridică la 100 de dolari pe locuitor». Dar în afara acestui «mediu interior» (sănătate biologică și dezvoltare mentală normală), Barbara Ward are în vedere și «mediul exterior», pentru care «problema este încă și mai vastă și mai dificil de evaluat». Este vorba de dragostea, securitatea, identitatea pe care un copil le găsește în cadrul unei familii îndestulate și unite. «Datorită lor — scrie economista engleză —, în diverse societăți, numeroși copii au putut ieși victorioși din tot felul de încercări și de presiuni. Legea nu poate asigura acest fel de securitate și de afecțiune. O lume care refuză să dea sprijinul necesar hrănirii și educării corespunzătoare a copiilor ei va trebui probabil să plătească prețul violenței, al delincvenței juvenile, al atacurilor pe stradă, al închisorilor suprapopulate».

„FERESTRE SPRE SOWETO"

Joyce Sikakane face parte dintr-a patra generație a unei familii africane din Johannesburg. De mic copil a trăit în acest oraș sud-african, mai precis în cartierul Soweto. De profesiune ziaristă, Joyce a fost, timp de cîțiva ani, corespondenta din Johannesburg a ziarului sud-african «World», iar apoi a cotidianului «Rand Daily Mail». Joyce Sikakane a publicat, la Londra, cartea «A Window on Soweto» («Fereastră spre Soweto») — amplu rechizitoriu al atrocităților guvernului de la Pretoria. Cartea este un tablou al situației populației de culoare din acest vestit cartier al Johannesburgului, mai degrabă un ghetou al populației băștinașe, cu o suprafață de 85 kmp.

Creatorii și apologeții apartheidului vorbesc foarte mult despre sistemul deosebit de învățămînt pentru africani introdus în 1953, subliniind, în special, frecvența copiilor la școală. Totuși, Joyce Sikakane scrie că copiii africanilor au puține șanse să devină oameni învățați, întrucît majoritatea părăsesc școala adesea după primul an de învățămînt. Doar 31 la sută dintre copii termină clasa a II-a, iar liceul îl termină doar zece la sută din numărul total al copiilor de școală. Mulți copii din Soweto nu au dreptul să frecventeze școala dacă nu au «carnetul roz» — care dovedește dreptul lor la ședere legală în Soweto. Nu este de mirare că pe străzile Johannesburgului — «orașul de aur», cum este numit în R.S.A. —, mii de copii între 7 și 14 ani sînt înfometați, sînt nevoiți să fure pentru a scăpa de la moarte prin inaniție. Unii nu reușesc...

Aceștia sînt indicii cantitativi. În ce privește calitatea, de 20 de ani, de cînd există «sistemul de învățămînt bantu», autoritățile s-au străduit să insufle copiilor sentimentul apartenenței la o rasă «înapoiată intelectual», scrie autoarea.

Turiștilor străini care vizitează Johannesburgul li se arată spitalul Baragwanat al populației din Soweto. Joyce Sikakane spulberă aureola publicitară de pe frontispiciul său: spitalul este dotat cu aparatură modernă, dar îi lipsesc medicii, în el nu se pot efectua operații în caz de accidente. În același timp, autoritățile îi trimit în bantustane pe puținii medici africani care trăiesc și își practică meseria în Soweto.

„VUȘU", UN SPORT ÎNDRĂGIT DE MICII CHINEZI

În fiecare dimineață însorită, copiii de la grădinița nr. 4 din Pekin se strîng în grupuri, de cîte trei sau cinci, pentru a executa exercițiile de bază din «vușu», un sport tradițional în China, care include boxul și scrima. Sub îndrumarea educatorilor, copiii execută cu agilitate fiecare mișcare, ajutîndu-se unul pe altul la corectarea atitudinilor greșite ori de cîte ori este nevoie.

Grădinițele de copii acordă o grijă deosebită antrenării celor mici în practicarea sportului «vușu», care le fortifică sănătatea și rezistența împotriva răcelii și a altor afecțiuni specifice copilăriei.

«Vușu», ca sport național specific al poporului chinez, are o existență milenară. El reprezintă o moștenire prețioasă, creată și îmbogățită de-a lungul timpului de popor în activitățile de zi cu zi.

«Cianciuan», unul din cele mai cunoscute stiluri ale acestui sport, este foarte îndrăgit de cei tineri. El constă dintr-o serie de mișcări de gimnastică, care, prin ritm și amploare amintesc dansul. Mișcările lui cuprinzătoare și pline de grație solicită aproape fiecare încheietură a corpului. O perioadă mai îndelungată de antrenament în practicarea acestui stil conferă forță, rezistență, viteză, agilitate și o bună detentă. Printre armele folosite la «vușu» figurează spada, sulița cu vîrf întors, sabia, halebarda, bastonul, prăjina, lancia, sulița obișnuită etc. Fiecare armă este folosită în chip deosebit în mișcările de atac sau apărare.

Din 1972, grădinița de copii nr. 4 a popularizat printre copiii din grădiniță exercițiile de gimnastică extrase din mișcările de bază ale sportului «vușu». Copiii mai mici își însușesc mișcările mai ușoare, cei mai mari sînt antrenați în practicarea exercițiilor mai dificile.

Li Tao, un copil care a frecventat grădinița, a îndrăgit foarte mult exercițiile «vușu». Educatorii săi s-au străduit să-l învețe acest sport. Copilul avea reflexe foarte bune și învăța cu ușurință; în scurt timp el executa cu îndemînare toate exercițiile de bază. Înainte de a părăsi grădinița, el era în stare să susțină dueluri la luptă, la întrecerea cu spada, sabia, executa exerciții în echipă cu spada și două serii de exerciții din boxul tradițional chinezesc. El a devenit antrenor pentru grupa mare de copii.

(După revista «China în reconstrucție»)

«Bun găsit, viață!» par a spune copiii chinezi din imagine.

Grupaj realizat de
CAROL ROMAN

COOP

Magazinele cooperativelor de consum din toată țara vă stau la dispoziție cu o gamă bogată și diversificată de articole pentru femei: confecții moderne, în funcție de sezon, tricotaje, lenjerie, stofe, imprimeuri, marochinărie, produse cosmetice și de parfumerie, articole de podoabă și multe altele.

De asemenea vă invităm să vizitați raioanele cu articole de uz gospodăresc din cadrul supercoopurilor, supermagazinelor și magazinelor universale ale cooperației de consum!

FRUMUSEȚEA SE PĂSTREAZĂ ȘI SE ÎNTREȚINE CU BELATRIX

produse de concepție originală pentru tratament cosmetic, pe bază de ingredienți activi extrași din plantele cardiotonice, specifice florei spontane românești.

● demachiant pentru ten ● loțiune tonică ● cremă emolientă de noapte ● cremă hidratantă pentru zi ● cremă pentru ochi.

ÎNTREPRINDEREA DE PRODUSE COSMETICE

MIRAJ
București

ÎN PAS CU TIMPUL, ECONOMISIND TIMPUL...

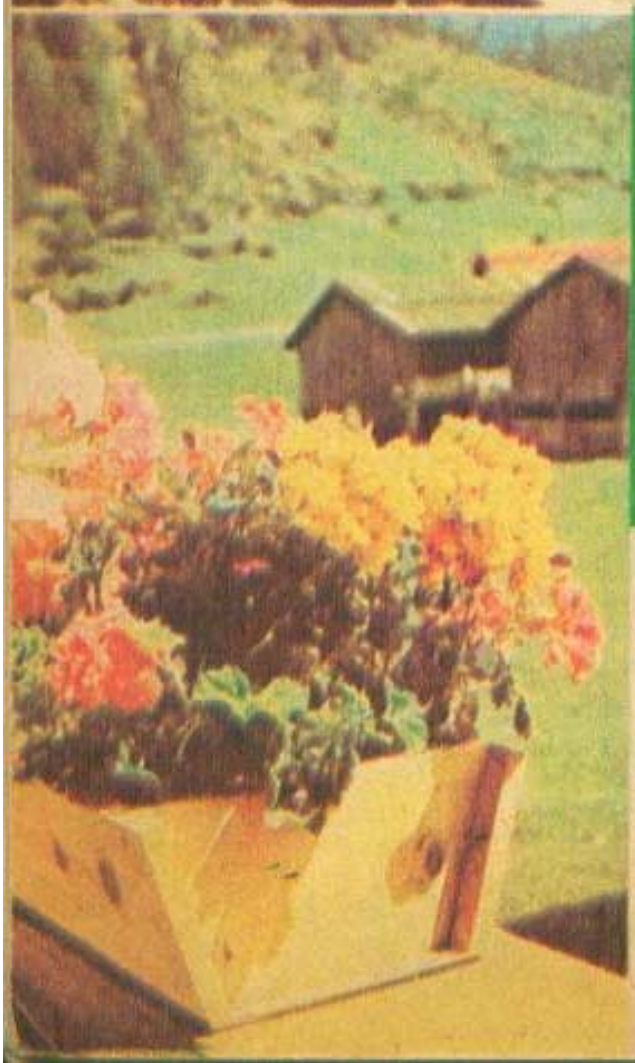
• *SPRAY-uri*

• **TRIUMF** — pentru curățat sobe de aragaz • **PERINIȚA** — pentru curățat covoare și mochete • **PERINIȚA** — pentru curățat tapițerii • **MIORIȚA** — pentru curățat blănuri naturale (cu firul scurt) • **MIORIȚA** — pentru îngrijirea hainelor de piele • **MIORIȚA** — pentru reîmprospătarea pieliii șpalt • **PRIMĂVARA** — pentru antistatizarea țesăturilor din fibre sintetice • **PRIMĂVARA** — pentru scos petele de grăsime

ÎNTREPRINDEREA
DE PRODUSE COSMETICE
FARMEC
CLUJ-NAPOCA

farmec

FEMEIA ȘI CĂMINUL



LOCUINȚA NOASTRĂ— FUNCȚIONALĂ ȘI CONFORTABILĂ

Ne mutăm într-un apartament nou! Dar cum amenajăm locuința, cum o mobilăm în așa fel încît să revenim mereu cu bucurie acasă?

Idealul este *obținerea unei funcționalități maxime în minimum de spațiu*. Pe lîngă dimensiunile sale reale, spațiul are și o mărime virtuală, determinată de modul în care îl percepem. Atunci cînd privirea noastră îl vede dintr-o dată, nu fragmentat de mobilier, senzația pe care o avem este de spațiu liber și degajat. Acesta va fi privit unitar numai atunci cînd elementele sale (volume, culori) vor forma o compoziție echilibrată, armonioasă și ordonată, creînd în același timp și o ambianță plăcută, confortabilă și relaxantă.

DORMITORUL PĂRINȚILOR

Dacă încăperea are o lățime de 3 m, folosim un pat dublu, așezat cu latura mică la perete și liber pe celelalte trei. Dulapurile le vom așeza fie pe peretele opus patului, fie pe un perete alăturat, în așa fel încît circulația să fie nestingherită, degajată.

Cînd camera are 3 m lungime, vom așeza patul cu 2 laturi lipite de pereții interiori ai încăperii, lada de depozitare aranjînd-o pe latura lungă a încăperii.

Dulapurile le vom alătura cu oglinda și masa, pentru a forma o imagine ordonată și unitară. Ferindu-ne de fragmentare, senzația de spațiu se mărește.

GRĂDINA DIN BALCON

Ce putem cultiva în apartamente sau balcoane, în peluze sau în grădinile din fața casei? Cum trebuie armonizată varietatea florilor în funcție de colorit și perioada de vegetație, cum se îngrijesc florile, sînt cîteva întrebări pe care «Almanahul» le-a adresat profesorului Vasile Diaconescu, **botanist la Grădina botanică din București.**

— Pentru început sînt necesare cîteva precizări de mare importanță. Cîteva sfaturi pe care numai urmîndu-le întocmai vom reuși să avem flori și plante ornamentale frumoase. Nu vă opriți asupra unei singure plante floricole. Plantele izolate nu cresc și nu înfloresc bine. Grupate, ele își creează un microclimat în care se dezvoltă armonios. Ghivecele, lădițele, jardinierele cu flori nu se mută din loc în loc decît atunci cînd se transplantează. Oricît de mult

(Continuare în pag. 114)

Să luăm pe rînd cele mai importante funcții și încăperi ale unei locuințe de bloc. Vom descrie cea mai judicioasă amplasare a mobilierului în dormitorul părinților, în dormitorul copiilor, în camera de zi. Vom exemplifica cu cîteva sugestii principii de organizare a spațiului, alegînd mobile cît mai funcționale, mai practice.

Pardoseala din parchet sau linoleum o vom acoperi cu 2-3 carpete sau covorase ce vor înconjura patul și vor fi din aceeași familie de modele și culori. Putem folosi și un covor mai mare, sau chiar mochetă, pe care să o aducem pînă aproape de marginile dulapurilor sau chiar pînă la perete. Covorul mare și mocheta ne dau o imagine intimă, caldă. Astfel aranjată, pardoseala va intra în relație directă cu pereții și tavanul, închizînd un spațiu pe care-l vom putea percepe unitar.

Nu vom despărți printr-o baghetă de lemn de culoare închisă pereții de tavan, întrucît acest lucru limitează vizual înălțimea. Această reminiscență a vechilor tavane decorate cu stucaturi și despărțite de pereți prin profile de ipsos este potrivită unor încăperi mari și înalte.

Nu vom delimita zugrăveala cu model printr-o linie de vopsea de ulei, întrucît înălțimea spațiului va fi vizual redusă, și vom crea o imagine dezordonată prin introducerea unui nivel orizontal suplimentar față de cele deja existente în încăpere. Nici nu vom face din zugrăveala cu model imitația unui tapet sau a unui zid de piatră, desenînd rosturile, ci vom tapeta încăperea cu un tapet semilavabil sau vom folosi zugrăveala într-o singură culoare. Acest principiu este valabil și în cazul floricelelor din plastic lipite pe mobile în locul sculpturilor în lemn ca și în cazul candelabrelor încărcate cu imitații de lumînări sau al fierului înnegrit ce imită fierul forjat. Ca orice lucru fals, toate acestea sînt sinonime cu urîțenia. Deci nu trăiți în decoruri false, care imită o ambianță de împrumut, ce nu vi se potrivește și nu vă definește!

Pentru a realiza o compoziție ordonată, vom avea grijă cînd alăturăm elementele de mobilier să nu avem prea multe decalaje de înălțime (de exemplu: dulapurile vor fi de înălțimea ușii, comodele de înălțimea locului de lucru sau a noptierelor, tablourile prinse pe perete se vor alinia la partea lor inferioară sau la cea superioară).

Iluminatul general va fi discret, intim. Sînt de preferat plafonierele ce dau o lumină indirectă, reflectată de tavan, sau un element de iluminat ușor, simplu, cu tija scurtă, cu becuri puține. Poate fi interesantă și ideea de a avea o lumină indirectă, din tuburi de neon prinse în spatele galeriei de perdea (în acest caz perdeaua va acoperi întreg peretele cu fereastră). Astfel, seara, ca dealtfel și în timpul zilei, acest perete va fi luminos. Nu vom folosi în nici un caz lumina crudă, directă și prea puternică a unui candelabru masiv, ce va atîrna în mijlocul camerei, fragmentîndu-ne spațiul prin prezența sa voluminoasă și apăsătoare.

Iluminatul general va fi înviorat de un iluminat local, amplasat pe biroul de lucru sau în dreptul toaletei.

Cît despre culori, un singur sfat ce urmărește aceeași idee de unitate a ansamblului camerei. Să folosim în combinație cît mai puține culori, discrete, în tonalități apropiate, ce ne creează acea ambianță de relaxare necesară în dormitor. Astăzi se preferă simplificarea la maximum a combinațiilor de culori, realizîndu-se chiar ambianțe monocolore, ce curg de pe pereți pe pardoseală și apoi pe mobilier.

Încercați să vă alegeți o culoare dominantă, de care să țineți seama atunci cînd cumpărați mocheta, perdelele, cuvertura de pat, tablourile din încăpere, atunci cînd alegeți culoarea zugrăvelii sau a tapetului. Culoarea devine dominantă, etalînd-o pe suprafețe mari ale încăperii, urmînd ca ea să se regăsească sub formă de pete, în combinație cu alte nuanțe sau culori, în celelalte obiecte. În dormitor, mulțimea bibelourilor, broderiilor, greu de întreținut și inconfortabile, va oferi întotdeauna o imagine dezordonată. Cîteva cutii cu mărgele și brățări pe toaletă, cîteva fotografii mici, un tablou sau o tapiserie mai mare prinse pe perete deasupra patului, un vas cu flori proaspete pe noptieră vor completa și personaliza ambianța.

DORMITORUL COPIILOR

În dormitorul pentru unul sau doi copii trebuie să urmărim, în principal, aranjarea în așa fel a mobilelor încît să rămînă cît mai mult spațiu în mijlocul camerei. De aceea, patul sau paturile se vor lipi cu latura lungă la perete, fie unul în continuarea celuilalt, dacă lungimea camerei o permite, fie puse vizavi pe cei 2 pereți lungi, fie puse perpendicular unul pe celălalt, în L. Locul de lucru poate fi stabilit în continuarea dulapurilor sau a paturilor, în aceeași idee de grupare a mobilierului. Sînt recomandate piesele de mobilier multifuncționale, care asigură spațiu de depozitare: pat cu ladă pentru așternut sau jucării, mobilier de lucru cu sertare, rafturi prinse pe pereți.

În alegerea materialelor și a mobilierului vom avea în vedere ușoara lor întreținere. Cei mici să-și aibă la îndemînă propriile obiecte, pe care să le poată folosi, aranja și întreține singuri. Deci mobilier cît mai ușor, cît mai simplu, pardoseala cît mai liberă.

Pereții îi putem tapeta cu un material lavabil, întrucît știm ce probleme avem cu «desenatul» pereților. Dacă nu-i putem tapeta, să le agățăm panouri pe care copiii să poată aranja după plac, prinse în ace, propriile lor desene sau fotografii.

Să folosim cu curaj combinații de culori vii, vesele, contrastante. Pentru copiii mici, nu mai mult de două trei culori, dar în suprafețe mari (de exemplu: alb cu galben, alb cu roșu, alb cu verde, în care alb poate fi mobilierul sau pot fi pereții). Jucăriile colorate vor crea un aspect încărcat dacă vor intra în combinație cu un imprimeu sau un covor cu model.

Pentru școlari, vom alege împreună cu ei imprimeuri simple (dungi, carouri, motive florale stilizate). Iluminatul general, ales cu simplitate și culoare vie. Cînd copiii cresc mai mari, locul jucăriilor este luat, de obicei, de pereți pe care se lipesc afișe și fotografii. Nu trebuie să-i oprim să-și personalizeze interiorul, dar trebuie să-i învățăm să taie cu grijă fotografiile, să le caşereze eventual pe cartoane, să le aranjeze într-o compoziție ordonată și o unitate coloristică agreabilă.

CAMERA DE ZI

Este sinteza modernă a numeroaselor schimbări pe care le-a suferit locuința în structura și dimensiunile sale. Din păcate, mai sînt gospodine care vor cu orice preț garnituri complete de «sufragerii», «birou», «salon». Îngreunîndu-și activitatea cotidiană, sacrificîndu-și viața confortabilă de fiecare zi, în numele unui fals «ideal de prosperitate».

Funcția dominantă a camerei de zi este cea de primire a musafirilor, de adunare a membrilor familiei în jurul televizorului, de relaxare. Dar pe măsură ce membrii familiei au programe de viață decalate în timp, funcția de loc în care se ia masa a camerei de zi este în continuă descreștere. Deci este bine și necesar să renunțăm la binecunoscuta imagine a mesei tronînd în mijlocul sufrageriei. Sînt mulți cei care au renunțat complet la a mai ocupa spațiul camerei de zi cu o masă, exilînd-o pentru totdeauna la bucătărie. În fond,

(Urmare din pag. 113)

GRĂDINA

am iubi florile, nu trebuie să ne manifestăm dragostea udîndu-le mereu. Cele cu frunziș bogat sau cu frunze mari au nevoie de multă apă, iar cele cu bulbi și frunze mici vor fi udate mai puțin. De asemenea, se vor uda mai mult în perioada înfloritului. Apa trebuie să fie stătută și la temperatura camerei. Apa prea rece determină căderea frunzelor. Udatul făcîndu-se la aceeași oră, plantele își dirijează «bucătăria» în funcție de apa primită. Plantele nu trebuie ținute în curent, trebuie să fie îngrășate moderat, iar schimbarea pămîntului, de fapt, completarea lui, se face doar cînd planta a crescut prea mare față de vasul în care trăiește. De asemenea, frunzele trebuie șterse cît mai des de praf. Mult mai rezistente, plantele și florile de grădină se adaptează mai ușor mediului și sînt astfel mai puțin pretențioase.

Ce cultivăm în apartament, în balcoane sau terase? Greu de răspuns. Sînt mii de specii, dar avem în vedere gusturile și sensibilitățile estetice ale fiecăruia. Desigur, mușcata, cu varietatea ei de culori, nu se va demoda niciodată, însă rafinamentul omului de azi nu se mai mulțumește cu atît. Nici chiar un exemplar, oricît de frumos, de cyclamen. Primula sau cineraria nu mai satisfac. Begonia, crinul de iarnă, cercelușul, violetele de Africa, asparagusul, ficusul, filodendronul, săbiuța se pot cultiva cu succes. Pe suporturi speciale sau așezate pe oricare piesă de mobilier, o ferigă va fi întotdeauna de efect. La fel Tradescantia, Asparagus, Cissus. Am dat doar cîteva exemple. Varietatea cactușilor, agavele sînt alte plante și flori care pot aduce frumusețe interioarelor noastre.

Plantele și florile ce se vor cultiva pe balustrada balconului cît și cele din interiorul lui trebuie puse în vase încăpătoare de ceramică. Pentru balcoanele bine luminate, în sezonul de primăvară, nu trebuie să lipsească panselu-

pe musafiri îi putem primi și aseza mult mai comod și relaxant pe fotolii sau canapea decît în jurul unei mese, îi putem servi cu băuturi, cafea sau dulceață și de pe o măsuță cu rotile. Gîndindu-ne la eventualitatea unor asemenea ocazii, o masă pliantă, pentru a o putea aranja atunci cînd va fi necesar, este mai utilă.

Mobilată cu o canapea și fotolii confortabile, așezate în jurul unei măsuțe joase, potrivită cu latura mică la unul din pereți, masa va putea servi și drept loc de lucru.

Elementele de depozitare pentru veselă, tacîmuri, fețe de mese, necesare locului de luat masa le vom aranja într-un front continuu, format din mobilier modulat.

Spațiul obținut în mijlocul camerei va crea acea senzație relaxantă în viața de fiecare zi.

Pe pardoseală, dacă e cu parchet, vom putea marca locul de conversații cu un covor frumos așezat între fotolii.

Pereții finisați cu zugrăveală sau tapet, datorită spațiului relativ mare, vor putea avea și culori contrastante cu culoarea tavanului sau a pardoselii. Ne vom feri de repartizarea fără logică a culorilor pe pereți, de exemplu vopsirea fiecărui perete în altă culoare. Policromia își are și ea logica sa, ea nu este o modă, ci o metodă de a separa anumite zone sau de a scoate în evidență anumite obiecte. Dacă avem, de exemplu, un perete întreg ocupat cu o bibliotecă vopsită în alb, putem vopsi într-o culoare închisă peretele vizibil din spatele ei, perete pe care biblioteca și obiectele din ea se vor profila frumos.

Vom căuta ca și la celelalte camere să ne alegem o culoare dominantă, care să se regăsească în toate obiectele aflate în camera de zi, începînd cu modelul covorului, imprimeul perdelei pînă la petele de culoare ale tablourilor.

Obiectele joacă un rol foarte important pentru personalizarea și intimizarea ambianței în camera de zi. Ne vom feri să facem din serviciile de cafea, băutură sau ceai o expoziție. Vom pune la vedere cel mult un serviciu de porțelan, care este în același timp și obiect de artă. Cu condiția să le compunem armonios și ordonat, vom putea pune în rafturile bibliotecii sau pe pereții camerei cele mai diverse obiecte, începînd cu figurinele de ceramică sau porțelan pînă la o colecție de scoici sau pietre.

În camera de zi, putem renunța la iluminatul general, cu condiția să asigurăm fiecărei zone în parte, locului de primire-conversații și locului de luat masa un iluminat specific. Zona fotoliilor o putem ilumina cu ajutorul unor aplice de perete sau cu ajutorul unor veioze ori lampadare așezate lîngă fotolii. Vom putea localiza astfel în timpul serii zonele folosite în camera de zi, creînd colțuri intime și liniștite. Ambianța realizată va fi mult mai plăcută și mai variată decît cea rezultată din lumina crudă a unor candelabre prinse de mijlocul tavanului.

Arh. ANA VASILACHE

Un scaun realizat din plăci melaminate. Forma, culoarea și eventualul desen, care poate fi aplicat pe placă, au menirea de a-l face cît mai atrăgător pentru copii.

DIN BALCON

tele, narcisele și lalelele plantate din toamnă. Peste iarnă igheaburile cu aceste flori se vor proteja, învelindu-le cu folii de polietilenă. Începînd din luna mai, o multitudine de plante și flori stau la dispoziția noastră. Muscatele, flori modeste, cu o înflorire deosebit de lungă, asparagus și chlorophytum, petunia, cu floarea simplă sau involtă, nu trebuie să lipsească, deoarece prin gama largă de culori dau o notă de veselie balcoanelor noastre. Cercelușul, condurașul și verbena sînt plante tradiționale de balcoane, cu o înflorire de lungă durată și modeste în cerințe de cultură. Alături de acestea ne stau la dispoziție încă multe altele, care pot să întregească paleta de culori. Astfel, gazonia, crăițele și circiumărese, deși flori prin excelență de grădină, pot fi cultivate cu succes și în balcoane. Micșunelele și micșunelele ruginii, prin parfumul suav, sînt preferate, iar pentru toamnă binevenită este tufănica.

Pentru balcoanele mai puțin luminoase, fără soare direct, părăluțele, nu-mă-uita, crăciunița, begonia, ghețișoara, sălcioara, regina nopții și frumoasa nopții sînt doar cîteva din florile recomandate.

Un loc important în decorarea balcoanelor îl ocupă zorelele și caprifoiul, care pot fi dirijate în vederea alcătuirii unui umbrar în balcoanele înalte, așezate în direcția vînturilor, plantele florifere pot fi suplinite de vița de Canada.

Cîteva sfaturi, cîteva sugestii și recomandări care îmbogățesc experiența noastră în cultivarea florilor. Urmindu-le, vom reuși să creăm mici oaze de culoare și frumusețe, spre bucuria fiecăruia.

INA STRĂUT

IGIENA ȘI SĂNĂTATEA FAMILIEI

● Cele mai multe accidente — arsuri, căzături, intoxicații — ale căror victime sînt copiii mici se petrec în locuință. Dintre acestea, 41 la sută se produc în special în bucătărie. Cu riscul de a fi niște lucruri foarte cunoscute, vă reamintim: ● Aveți grijă ca soluțiile insecticide, medicamentele, chibriturile să nu fie lăsate la îndemîna copiilor mici ● Puneți la o parte, ferit din drumul copilului, fierul de călcat imediat ce ați terminat această operație ● Nu așezați crătițile cu mîncare spre marginea mesei, de unde pot fi răsturnate de copii ● Aveți grijă să nu așezați un vas cu apă fierbinte jos, în bucătărie, lîngă masă sau aragaz, vas pe care copiii în joacă l-ar putea răsturna ● Păstrați sub cheie resturile de soluții insecticide și puse în sticle pe care ați lipit etichetă cu indicația conținutului ● Dacă ați pregătit săpun de casă, aruncați în groapa de gunoi restul de sodă caustică și ambalajele în care a fost pusă ● Nu aruncați pe jos în bucătărie coji de cartofi, de fructe, pe care copiii pot să alunece ● Nu-i lăsați să meargă pe mozaicul proaspăt udat cu soluție de săpun sau pe parchetul pe care abia l-ați lustruit ● Blocați prizele de curent electric cu apărătoare specială sau așezați în dreptul lor mobile pe care copiii să nu le poată da la o parte ● Scoateți cheia conductei de gaz sau închideți foarte bine butelia de aragaz, astfel încît cei mici să nu le poată manevra ● Preparatele pentru masa școlarilor mici, ce sînt singuri acasă, să fie lăsate într-un dulap, jos, la care se poate umbla ușor ● Nu puneți în dulapuri suspendate sau în rafturile cele mai de sus obiectele care îi tentează pe copii și pentru care sînt nevoiți să escaladeze masa ● Aruncați etuvile goale în care ați avut spraiuri și nu le lăsați la îndemîna copiilor ● Cioburile sparte, lamele folosite aruncați-le la gunoi ● Opriți-i pe copiii dv. să umble la aparatele electrice (televizor în special) ● După ce ați cusut, adunați cu grijă acele de pe covor ● Obișnuiți-i ca obiectele mici (nasturi, monede, boabe) să și le păstreze în buzunar și să nu le ascundă în gură ● Nu manipulați în apropierea focului soluții inflamabile, insecticide, alcool, benzină, alte esențe ● Nu uitați să verificați cel puțin de două ori pe an coșurile caselor cu sobe pentru gaze sau lemne ● Nu utilizați aparatele electrice ale căror cordoane s-au deteriorat ● Nu utilizați la pulverizarea insecticidelor aspiratorul ● Nu aprindeți lumina și nu umblați la instalația electrică în timp ce dați cu insecticid ● Nu folosiți drept frînghie de rufe un fir electric instalat nereglementar într-o încăpere sau în afara locuinței ● Nu încercați să reparați dv., nespecialist, aparatele electrocasnice cu motor: aspiratorul, frigiderul, dar mai ales televizorul ● Nu spălați sacul aspiratorului. Scuturați-l după fiecare întrebuințare. Spălîndu-l, materialul din care este confecționat se poate îndesi foarte mult și puterea de aspirare a aparatului scade.

PENTRU TÎNĂRA GOSPODINĂ

ORDINEA, TIMPUL ȘI CURĂȚENIA

● Debarasați periodic întreaga locuință de obiectele inutile atît pentru dv., cît și pentru familie. Păstrați în fiecare încăpere numai mobilele și obiectele absolut necesare ● Păstrați în huse lejere, confecționate din țesături ușoare, îmbrăcămintea groasă, așezată în dulapuri ferite de soare, dar bine aerisite ● Verificați periodic velințele, blănurile naturale, reînnoiți în locurile de păstrare punguțele cu frunze de tutun și de levănțică. Preveniți instalarea moliilor ● În cămară, pe raftul de jos, păstrați obiectele grele și mai rar folosite. Cele utilizate frecvent, puneți-le pe al doilea raft și pe al treilea, după categorii. Respectați și aici mărimea, sortimentul. Cele mai mari în spate, cele mai mici în față ● Ordinea în dulapurile bucătăriei are aceleași principii: vesela mai rar folosită și mai grea pe raftul de jos, cea mai des utilizată pe rafturile mai la înălțimea dv. Serviciile de ceai, de cafea și de dulceață, oricînd la îndemînă ● Pe ușile dulapurilor pentru haine prindeți suporturi pe care suspendați cravate, cordoane. În cutii speciale, puneți eșarfe, bluze fine, nesifonabile ● În dulap, lenjeria dispuneți-o pe sortimente, pe mărimi, pe categorii de utilizare. În camera copiilor, compartimente separate pentru fiecare dintre «stăpînii» ei ● Prindeți pe un perete sau direct pe ușa camerei copiilor o planșetă din polistiren expandat, material alb, ușor. Prevăzut cu o sumedenie de orificii, acesta va fi un excelent panou pentru expozițiile de desene ale copiilor sau pentru cele de jucării ● Despărțiți dulapul «mască» al chiuvetei pe jumătate. Într-o parte păstrați cutii cu detergent, în cealaltă perii, fărașe, spălătoare din plastic sau din sîrmă. Pe acestea le puteți suspenda, dealtfel, și pe ușile rabatabile ale măștii ● Utilizați vasul pentru gunoi numai pentru transportul pachetelor de hîrtie în care ați curățat zarzavaturile și în care ați adunat resturile. Potriviți în vas o pungă uzată din plastic pe care o aruncați cu totul și vasul pentru gunoi va fi mereu curat ● Pe ușa camerei de baie, care se deschide în interior, prindeți un «șorț» cu buzunare mari, în care puneți rezerve de săpun, spraiuri, perii de tot felul, bureți ● Organizați-vă treburile gospodărești ce se repetă periodic (spălat, reparat lenjerie, curățenie), prevăzîndu-le cu aproximație zile anume ● Faceți cumpărăturile de provizii neperisabile pentru cămară o dată pe lună sau cel mult la două săptămîni ● Dacă gătiți de 2 ori pe săptămînă, bazîndu-vă pe congelatorul frigiderului, faceți semipreparate la care puteți adăuga cîteva feluri de sos, piure, legume fierte, salate ● Cînd vă pregătiți pentru curățenia mare, aduceți în încăperea respectivă, la îndemînă, absolut totul: vase, detergent, aspirator, perii, cîrpe etc.

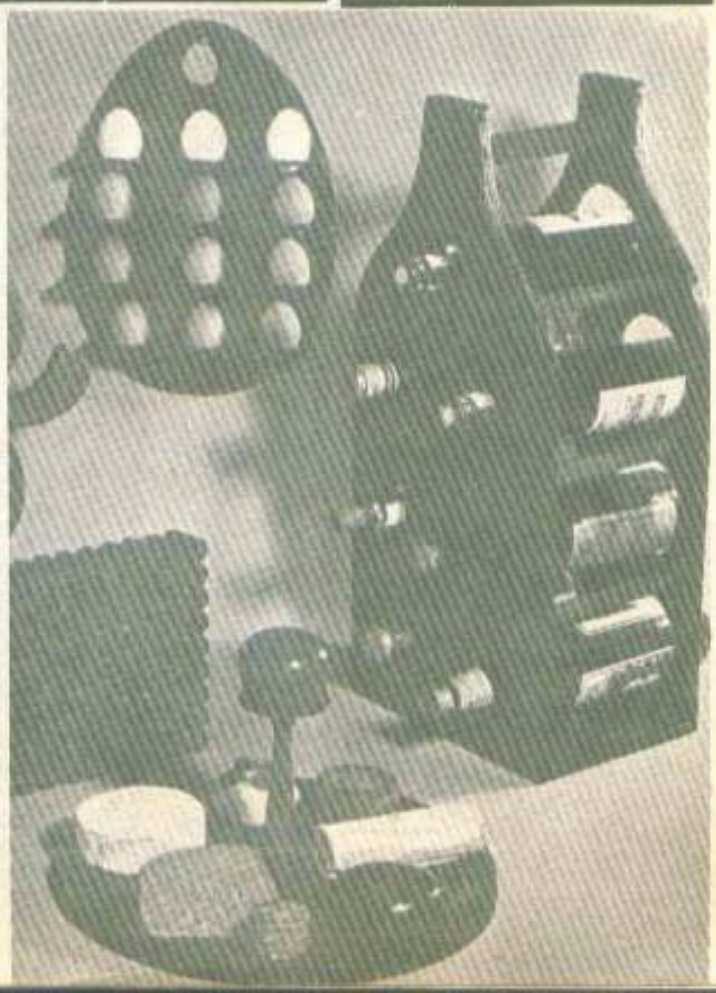
● Zugrăviți ori nu, dar mobilele, ferestrele, pereții, covoarele, aparatele, îmbrăcămintea, tablourile, totul trebuie trecut prin «filtrul curățeniei» într-o anume ordine, din timp în timp ● Puneți-vă mai întîi o ținută de lucru cît mai lejeră și mai practică. Nu purtați papuci care alunecă ușor, nu vă puneți curele prea strînse și nici șorțuri cu buzunare largi. Purtați o bășmăluță sub care să vă protejați părul de praf ● Desprăfuiți lejer obiectele și duceți-le înafara încăperii (fotolii, scaune, măsuțe, lămpadare, bibelouri) ● Bateți covoarele, aspirați-le, curățați-le de eventualele pete și lăsați-le rulate sau afară întinse la aerisit ● Degajați pereții adunînd mobilele într-un colț al camerei, de preferat în fața ferestrei. Ștergeți mobilele de praf, dați-le cu «mobilux» și acoperiți-le cu cearșafuri vechi ● Ștergeți pereții, plafoanele, lustrele, ferestrele, storurile, partea exterioară a ferestrelor și balcoanelor ● Curățați dulapurile, reînnoiți hîrtia în rafturile de lenjerie, debarasați sertarele de mărunțișuri inutile ● Treceți cu aspiratorul pe coată dușumeaua, insistînd la colțuri, la îmbinări, pe elementii radiatorului ● Curățați soba, geamurile și oglinzile ● Curățați și lustruiți parchetul, linoleumul ● Așezați la loc mobilele și așterneți covoarele ● Lustruiți cu o flanelă moale bibelourile, vitrinele, mobilele ● Ștergeți încă o dată de praf fiecare obiect care își reia locul în camera curată.

Un leagăn din scîndură de brad sau oricare altă esență ușoară, lemnul rămînînd în culoarea naturală permite curățirea lui fără grijă și deci păstrarea unei igiene permanente.

Din plăci de pal sau melaminate se pot confecționa aceste suporturi foarte utile în orice gospodărie.

MARILE «MICI SECRETE»

● Înainte de a pune la copt un aluat care «curge», ca cel de chec de exemplu, încălziți în prealabil cuptorul timp de 5—7 minute. În primul sfert de oră după ce ați așezat tava nu mai deschideți ușa cuptorului și preparatul va crește înalt, pufos. ● Insistați în limpezirea rufelor. Fibra țesăturii trebuie să se debaraseze de orice urmă de săpun, altfel se îngălbenește la călcat ● După primul limpezit puneți rufele în apă cu decolorant (apă oxigenată), 100 g pentru 5 litri de apă. După aceea treceți rufele prin alte 2-3 ape de limpezit. În ultima puneți albăstreală, care neutralizează urmele de săpun ● Stoarceți rufele după fiecare limpezit. Cînd le uscați afară, în curte, întindeți-le fără să le mai stoarceți ● Spălați separat rufele copilului și nu folosiți niciodată apă oxigenată la limpezit ● Tot separat spălați rufele persoanelor bolnave. Puneți în apa de limpezit apă oxigenată, care este și antiseptică ● Secretul rufelor impecabil călcate constă în umezirea acestora înainte de călcat. Țesăturile de bumbac umeziți-le chiar cu cîteva ore înainte, rulați-le și lăsați-le învelite în prosoape mari ● Lenjeria fină se calcă uscat, dar folosind o cîrpă special pentru aceasta. Nu călcați niciodată un obiect cu motive în relief pe față ● Confecțiile din catifea țineți-le deasupra unui vas cu apă ce fierbe sau în camera de baie aburită, apoi călcați-le fără să le așezați pe masă, ci trecînd fierul ușor pe dosul lor, ținîndu-le suspendate.



FARMACIA VERDE

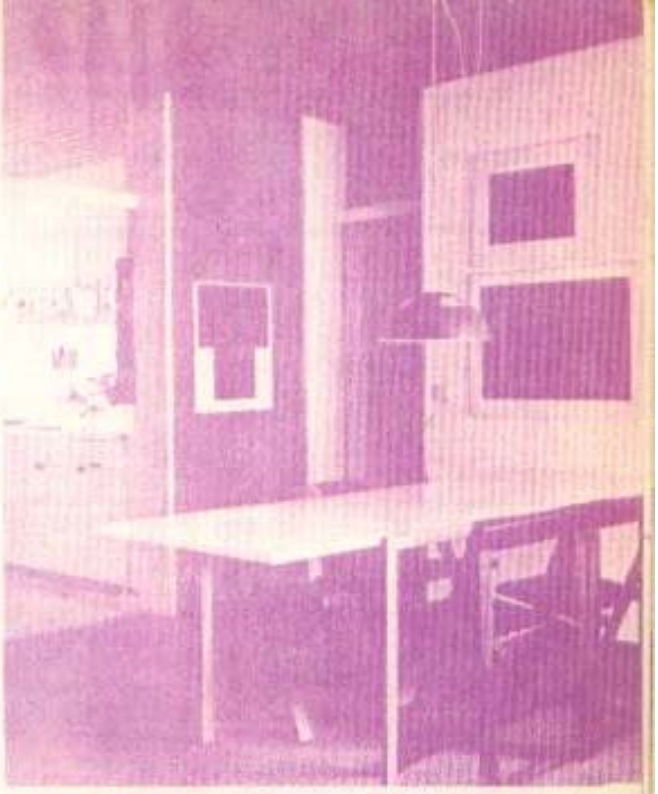
● *Urzica:* Cunoscută din timpurile străvechi, urzica continuă să-şi păstreze calităţile binefăcătoare în farmacoterapie. Clorofila, taninul, sărurile minerale şi bineînţeles alţi componenţi îi atestă calităţile. În alimentaţie, urzica este un fortifiant graţie clorofilei pe care o conţine. Bun astringent, este indicată în hemoragii de diverse origini, ca: hemoptizii, hemoragii nazale, cicluri abundente. Infuzia de frunze de urzică este antianemică, diuretică, antidiabetică şi depurativă. Infuziile calmează durerile provocate de gută şi de reumatismul articular. Rădăcina de urzică este un diuretic recunoscut. Infuzia se pregăteşte din 60 g de frunze proaspete cu o jumătate de litru de apă fierbinte. ● *Garofiţa:* De culoare roşie, mai mică decît garoafa de cultură, garofiţa sălbatică este singura care păstrează proprietăţi medicinale deosebite. Un excelent reconfortant şi tonic, infuzia din petale de garofiţă este recunoscută pentru alinarea stărilor de oboseală lăsate de gripă şi pentru calmarea tusei. Se pregăteşte din 50 g de petale cu jumătate litru de apă fierbinte, se acoperă vasul şi după 15 minute se îndulceşte puţin. Se bea două cesti pe zi după masă. O mînă bună de petale de garofiţă lăsate zece zile la macerat în oţet alb dau un oţet aromat care este indicat în frecţiile din timpul gripei şi împotriva durerilor musculare. Acelaşi oţet aromat, pus în apă de baie (o cescută), tonifică pielea. ● *Măslinul:* Indicat persoanelor care suferă de insuficienţă hepatică şi constipaţii cronice, uleiul de măsline este un laxativ lejer şi bine tolerat. Pentru puritatea şi puterea particulară de penetraţie, uleiul de măsline este folosit în farmacie şi cosmetică. În clisme, folosiţi o lingură de ulei de măsline la 1 litru de apă. Împotriva dezosării dinţilor, faceţi un masaj al gingiei cu un mic tampon îmbibat în ulei de măsline. Împotriva arsurilor uşoare combinaţi o lingură de ulei de măsline cu un albuş de ou. Puneţi imediat pe locul rănit prin arsură. Preparatul alină durerile şi grăbeşte cicatrizarea. Împotriva degerăturilor puneţi pe cataplasme din tifon un strat de praf de cretă muiat cu ulei de măsline. Unghiile fragile care se aschiază uşor ţineţi-le în fiecare seară cîteva minute într-un castronaş cu ulei de măsline căldut. Cu un sfert de oră înainte de a vă sampona părul, faceţi un masaj bun pe toată pielea capului cu 100 g de ulei de măsline, o lingură de zeamă de lămîie şi o linguriţă de rom. Tratamentul este eficace dacă se repetă de 3 ori pe lună. Pe genele fragile suspendaţi temporar rimelul şi puneţi în fiecare seară o picătură de ulei de măsline. ● *Nucul:* Stimulantă pentru activitatea ficatului, infuzia din frunze de nuc influenţează circulaţia, purifică şi dezintoxică sîngele. Hepaticii, persoanele cu perturbări metabolice beneficiază de infuzia de frunze de nuc. Aceeaşi infuzie are proprietăţi tonice depurative asupra aparatului digestiv, a mucoaselor în general. În aplicaţii externe, frunzele de nuc sînt indicate în dermatoze rebele şi inflamaţii. Folosind mixerul, extrageţi din frunze de nuc sucul şi tamponaţi de cîteva ori pe zi negii (veruci). Coaja verde a nucilor are aceleaşi proprietăţi ca şi frunzele.

Asemenea draperii se pot realiza din resturi textile tăiate în fîşii subţiri, fie crosetate cu o croşetă groasă, fie ţesute în război cu o urzeală subţire din bumbac.

PENTRU MAME

● Dacă sînteţi convinsă că fiul dv. învaţă lecţia, dar întrebat de profesor uită ori se pierde în amănunte, este un emotiv. Daţi-i mai multă carne şi ficat, scoateţi-i tocăturile şi mîncărurile cu sos din preparatele zilnice. Convingeţi-l să facă sport ● Dacă dimineaţa se trezeşte greu, se îmbracă încet, pleacă fără plăcere la şcoală, consultaţi medicul. Se poate ca elevul mic să sufere de o uşoară insuficienţă hepatică. Nu-i mai daţi la masă preparate cu grăsimi, conserve, nu-l forţaţi să mănînce ce nu-i place. Faceţi-i o cură de fructe ● Dacă în timpul lecţiilor pare absent, răspunde confuz, memorează parţial, alimentaţi-l cu suficiente proteine ● Dacă nu-i place un aliment, nu-l forţaţi să-l mănînce cu orice preţ, dar, pentru a-i asigura o alimentaţie corectă, combinaţi-i alimentul respectiv într-un preparat.

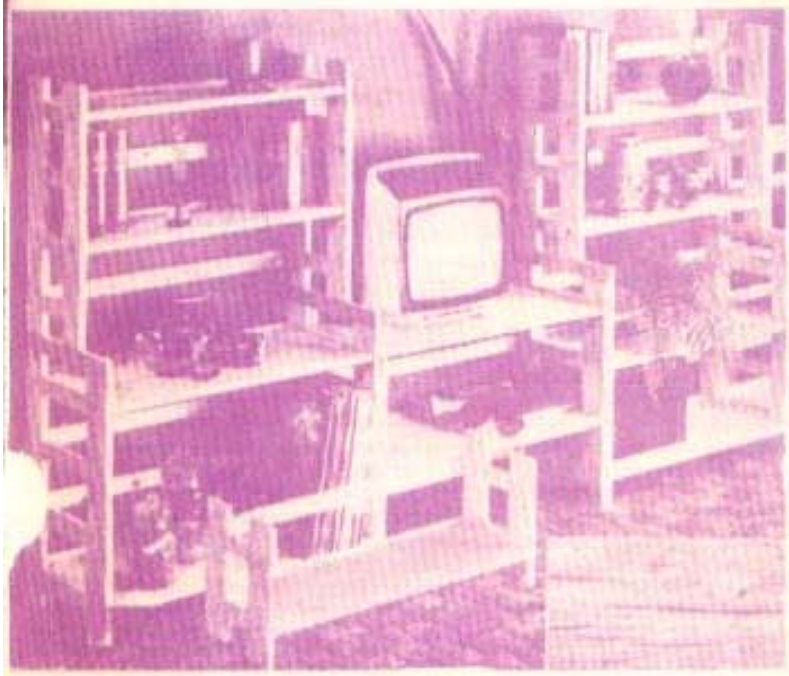
IDEI PRACTICE

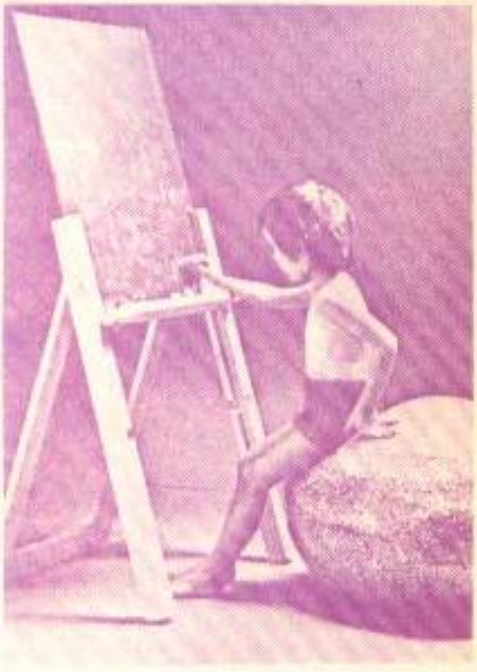


Atît masa cît și scaunele pentru un asemenea colț de cameră sînt pliante, fapt care le face deosebit de practice.

Din lemn natur, pentru camera de zi, se poate realiza o foarte practică bibliotecă-combină. Compusă din piese detașabile, ea poate fi așezată în funcție de spațiul disponibil și de necesități.

În camera copiilor, pentru a apăra pereții și a le dezvolta gustul de a scrie și a desena este practică o asemenea tablă. Suportul este pliant, prevăzut cu șanțuri de glisare a plăcii. De asemenea, pe lungimea suportului se pot prevedea două-trei locuri pentru fixarea tablei, în funcție de înălțimea dorită. Tabla poate fi realizată din orice planșetă vopsită în negru.





Șezlongul poate fi reîntinerit înlocuind pînza obișnuită cu o împletitură din benzi de material plastic, care au o mai îndelungată rezistență.

Obișnuitul vas pentru flori poate fi așezat într-un suport de lemn placat cu plăci de ceramică.

APA ÎN ÎNTREBUINȚĂRI CASNICE

APĂ CALDĂ

● Mirosul de humă și ulei care rămîne în camera proaspăt zugrăvită dispare dacă lăsați peste noapte un vas mare cu apă clocotită, în care ați așezat paie de orez sau ovăz ● Ficatul se curăță mai bine de pieliță dacă-l ținem un minut în apă fierbinte ● Ibricul de cafea se curăță usor fierbînd în

el apă curata, în care am pus o felie de lămîie ● Dacă frunzele de salată s-au ofilit, le cufundăm puțin în apă caldă. Ele își recapătă prospețimea ● Peștele congelat se dezgheață mai repede dacă este împachetat într-un săculeț de polietilenă și scufundat în apă caldă ● O pasăre care fierbe greu trebuie scoasă — după circa 20 de minute de la fierbere — din supă și pusă în alt vas, cu apă rece. Va fi ținută în acest vas 3-4 minute, după care se va continua fierberea ei în primul vas ● Cînd pregătiți varză sau fasole albă, schimbați după 15 minute prima apă de fierbere, limpeziți și așezați din nou la foc mare cu apă rece ● Piatra depusă pe vasele în care se fierbe apa se îndepărtează astfel: fierbeți în vasele respective apă în care ați adăugat o linguriță de amoniac. Repetați operația pînă cînd piatra se dizolvă ● Rosiile folosite la ciorbe le curățați ușor de pieliță dacă le veți ține 2-3 minute într-un vas cu apă clocotită ● Puneți un cubuleț de unt și o lingură de sare în apa în care fierbeți pastele făinoase. Nu se va mai forma spumă, iar pastele nu se vor mai lipi ● Gîtul sticlei — în dreptul dopului — se înfășoară cu o cîrpă muiată în apă fierbinte. După 3 minute dilatația s-a produs și dopul se scoate ușor ● Gustul pătrunjelului devine mai puternic dacă înainte de întrebuințare îl spălați cu apă caldă ● Reduceți aburii din baie lăsînd să curgă mai întîi apa rece, apoi apa caldă ● Evitînd condensarea aburilor pe pereți sau mobilele date cu ulei, ele vor rezista mai bine.

APĂ RECE

● Conopida va rămîne albă, frumoasă, dacă înainte de a o pune la fiert o veți ține zece minute în apă rece și sărată. În apa de fierbere adăugați jumătate linguriță de oțet ● Fructele sau ouăle înghețate își recapătă valoarea alimentară dacă se pun într-un vas cu apă rece, în care s-au adăugat 1-2 linguriițe de sare. Se țin astfel pînă se dezgheață ● Mirosul de pe sticle se scoate ușor cu lapte de var sau făină de muștar amestecată cu apă rece ● Nu veți lăcrima curățînd ceapă sub un jet de apă rece ● Pentru a conserva lămîile proaspete, timp de mai multe săptămîni, puneți-le într-o cană de gresie umplută cu apă rece, pe care o veți schimba zilnic ● Usturoiul, spre a fi digerat mai ușor, trebuie să stea, înainte de a fi întrebuințat, timp de două ore în apă rece ● Perdelele de la ferestrele bucătăriei se spală de obicei mai greu. Ca să înlăturăm acest inconvenient, le înmuiem de seara în apă rece cu sare și le lăsăm pînă a doua zi. ● Apă rece fără gheață: punem sticla într-un vas cu nisip. Presărăm peste nisip sare cu cristale mari, aproximativ o jumătate de kilogram. Turnăm apoi peste nisip apă pînă la îmbibarea lui. După o jumătate de oră, apa din sticlă se răcește ● După ce curățăm cartofii, o

bine să-i trecem printr-un jet de apă rece. Vor fierbe mai ușor și nu se vor mai sfărîma ● Petele de sînge se scot muind țesătura imediat în apă rece și apoi tratînd locul cu o soluție de acid tartric cald (20 g sare de lămîie la un litru apă). Se clătește cu apă rece ● Gustul iute al ridichilor poate fi înlăturat dacă după ce le treceți prin răzătoare le clătiți cu apă rece ● La unele tipuri de salam, foița de ambalaj se curăță destul de greu. Lăsați doar o jumătate de minut salamul în apă rece, după care puteți înlătura foița cu multă ușurință ● Vasele în care ați avut dulceață, ouă crude, cocă sau mîncăruri din pește se spală mai întîi cu apă rece și apoi cu apă caldă ● Dacă ați fiert pastele făinoase prea mult, stingeți focul și turnați în vas un pahar de apă foarte rece. Scuturați ușor cratița. Scurgeți-le bine.

APĂ SĂRATĂ

● Petele de ciocolată se scot cu apă foarte sărată ● O perie nouă de haine sau de ghete trebuie ținută înainte de întrebuințare în apă sărată (două linguri de sare la o jumătate litru de apă) timp de 10 minute. În felul acesta firele de păr se întăresc, nu cad și nu se rup așa ușor ● Pentru ca halatele și prosoapele plușate să se păstreze pufoase, după spălat ele trebuie ținute tot în apă cu sare și să nu fie călcate ● Desfaceți conopida în bucățele și înainte de a o fierbe, puneți-o cîteva minute în apă cu sare. Vor ieși la iveală eventualii viermișori ● Budinca de orez va fi mai pufoasă dacă veți adăuga și două linguri de griș. Pentru același motiv fierbeți orezul în apă sărată, în care adăugați două linguri de ulei ● Cărbunii ard mai bine dacă-i stropiți înainte cu apă sărată ● Pastele făinoase se fierb într-o cantitate mare de apă sărată. Pentru 250 grame de paste sînt necesari: 2-3 l de apă și de fiecare litru cam 10 g de sare ● Cratița, oala sau tigaia de care s-a prins mîncare se curăță mai ușor dacă se procedează astfel: se pun în vas apă rece și o linguriță sau două de sare de bucătărie. Se lasă să dea un clocot și apoi se poate curăța cu ușurință.

Citiți-vă sănătatea în analizele dv.

Analizele de laborator pot surprinde modificări biologice înainte de apariția semnelor clinice de boală. Prin aceasta, controlul de laborator îndeplinește un important rol profilactic. Pe de altă parte, în fața unor semne clinice de boală, medicul de multe ori nu poate pune un diagnostic și institui un tratament corect decît cu ajutorul analizelor de laborator.

Redăm mai jos o listă a principalelor analize de sînge, precum și modul lor de interpretare:

1. — Starea de anemie

Se cercetează prin dozarea de hemoglobină (Hb), măsurarea hematocritului (Ht) și determinarea numărului de eritrocite pe milimetru cub (Er).

Cifrele normale sînt următoarele:

Hb.: 12,5-15 g % la femei și 13-15,5 g % la bărbați
Ht.: între 36% și 42%
Er.: 3,7-4,2 milioane/mm³ la femei
4,0-4,5 milioane/mm³ la bărbați

Rezultatele sub valorile normale care nu concordă cu starea clinică trebuie să fie confirmate prin repetarea analizelor.

2. — Starea de infecție

Se verifică prin determinarea numărului de leucocite pe milimetru cub (L). În mod normal, se găsesc între 3 500-8 000 de leucocite pe 1 mm³. Creșterile peste 10 000 (leucocitoză) arată o infecție în evoluție. Scăderile sub 2 000/mm³ (leucopenie) se însoțesc de o slabă rezistență față de infecții. Numărul de leucocite trebuie corelat și cu formula leucocitară, pe care trebuie să o interpreteze un medic. Caracteristică pentru infecții cu leucocitoză este creșterea procentului de polinucleare în formula leucocitară peste 80-90%.

3. — Probe de disproteinemie

În general, aceste examene de sînge investighează funcțiile ficatului.

Rezultatul normal la cele mai importante analize este următorul:

— proteinemia:
  — 6,5-8,0 g % ml. ser
— electroforeza proteinelor serice:
  — albumina = 55,0%
  — alfa$_1$ globuline = 4,5%
  — alfa$_2$ globuline = 9,0%
  — beta-globuline = 13,5%
  — gama-globuline = 18,0%
— reacția cu timol:
  2-6 unități M.L.
— bilirubinemia:
  — bil. directă = 0
  — bil. indirectă = 0,2-2,1 mg %
— transaminazele:
  — transaminaza glutamico-piruvică (T.G.P.) = = 20 U.K.
— antigenul HBs — «Australia» (agentul patogen al hepatitei virale) B:
  absent.

Modificări ale probelor de disproteinemie se întîlnesc în bolile de ficat și în special în cursul hepatitelor infecțioase acute sau cronice.

Persoanele cu antigen HBs prezent în sînge (purtători cronici), în general nu au nici un fel de manifestări patologice, dar pot transmite antigenul și provoca un caz nou de hepatită virală B. Ei nu trebuie să fie donatori de sînge, trebuie să aibă o seringă proprie și să respecte norme speciale de igienă în familie.

4. — Probe biochimice de uz curent

— glicemia normal: 0,90-1,20 g %.

Este crescută în diabet zaharat. Se controlează și apariția glucozei în urină;

— colesterolemia normal: 1,50-2,00 g %.

Creșteri de colesterol se întîlnesc în tulburările de nutriție, însoțite de un regim alimentar greșit, prea bogat în grăsimi;

— ureea sanguină normal: 0,20-0,50 g ‰ ml. ser.

Este un indicator al funcției renale. În bolile de rinichi se pot întîlni creșteri pînă la 1-2 g ‰. Însoțite sau nu de modificări ale urinei și de creșteri ale tensiunii arteriale;

— amilazemia normal: 16-32 unități Wohlgemuth.

Creșteri ale amilazemiei se întîlnesc în pancreatite acute, diskinezii biliare, ulcere perforate, uremie.

5. — Probe pentru infecții reumatismale

Reacția ASLO normal pînă la 200 U.

Viteza de sedimentare a hematiilor (VSH)

normal: 4,8 mm la 1 oră
6-10 mm la 2 ore

Creșteri ale vitezei de sedimentare se întîlnesc atît în reumatismul acut sau cronic, cît și în infecții, anemii sau disproteinemii.

6. — Examene imunologice de sînge

● Anticorpi antinucleari (fenomenul LE). Rezultate pozitive cu prezența acestor anticorpi se întîlnesc în cazuri de Lupus eritematos. Normal acești anticorpi sînt absenți. ● Cercetarea anticorpilor anti-Rh. Se face la femeile gravide Rh negativ cu soț Rh pozitiv. ● Găsirea anticorpilor anti-Rh chiar în titru mic (1/4-1/16) și mai ales la titruri mari (peste 1/64) indică posibilitatea apariției bolii hemolitice la nou-născut și necesită verificare în tot cursul sarcinii, precum și exanguinotransfuzie la nou-născut, imediat după nastere (cu unele excepții, apreciate de către medicul obstetrician). ● Sînt totuși situații destul de frecvente în care modificările analizelor de laborator nu se însoțesc de semne clinice care să îngrijoreze pe pacient și care deci rămîn necunoscute un timp suficient de îndelungat. ● Un control al stării de sănătate ar trebui să includă și analize nejustificate de anumite semne clinice. ● Din această grupă fac parte următoarele analize: hemograma, VSH, colesterol, uree, reacția cu timol. ● Aceste verificări, împreună cu măsurarea tensiunii arteriale, sînt recomandate în special la persoanele care au depășit vîrsta de 40 de ani.

Dr. doc.
VLAD APĂTEANU

Vitamina „E" — vitamina longevității

Profesor dr. L. Pauling de la Institutul «L. Pauling» din California, de două ori laureat al Premiului Nobel, afirmă: «Este absolut posibil, grație unei alimentații echilibrate și unor anumite vitamine, să încetinim procesele îmbătrînirii și să prelungim în medie viața cu douăzeci de ani. În centrul atenției este vitamina E. Cunoscută sub numele de Tocoferol, vitamina E este antioxidantă, întîrzie deci distrugerea de către oxigen a unor substanțe din organism la fel de necesare. În organism oxigenul dezvoltă oxidanți nocivi față de lipide. Exact ce se întîmplă cu orice grăsime care, în contact cu aerul, rîncezește. Savanții s-au preocupat de cunoașterea efectelor vitaminei E grație sportului de performanță. S-a stabilit că introducerea uleiului de germeni de grîu sau porumb în hrana sportivilor le-a îmbunătățit performanțele, diminuînd consecințele efortului prelungit asupra organismului. O sută de grame de ulei de germeni conțin 1/2 g de vitamina E.

Această prețioasă vitamină tonifică inima, susține metabolismul, favorizează supraviețuirea globulelor roșii. În plus, are o acțiune similară digitalei și combate chiar efectele secundare ale acestui tonic cardiac.

Scăzînd grăsimile din sînge, vitamina E apără organismul de ateroscleroză, ameliorînd chiar simptomele ateroscleroze instalate. Este știut rolul determinant al hipofizei în economia hormonală a organismului uman. Recentul Premiu Nobel pentru medicină atestă rolul la fel de important al hipotalamusului, care, deși substanță cerebrală, funcționează ca o glandă endocrină, secretînd în sînge elemente sinonime hormonilor și care prin intermediul hipofizei influențează întreaga constelație endocrină. S-a stabilit că atît hipotalamusul, cît și hipofiza au un conținut evident crescut în vitamina E.

Cînd mecanismul hormonal al organismului este perturbat, se poate stimula hipofiza cu doze mari de vitamina E și în felul acesta se poate echilibra și restabili economia hormonală.

Dar prin funcția sa antioxidantă, vitamina E potențează și valoarea vitaminelor A și B. La nivelul mușchilor, vitamina E acționează ca antidistrofiant, iar la nivelul capilarelor ca protector al integrității acestora. Aportul de vitamina E se realizează prin folosirea în alimentație a uleiurilor vegetale din germeni de cereale, din floarea-soarelui sau din soia și nevoile organismului de vitamina E se calculează la 15-30 mg/24 h.

La Institutul de medicină clinică și experimentală din Ontario, mii de cardiaci au fost vindecați printr-un tratament ordonat cu vitamina E.

În ceea ce privește prelungirea vieții, viitorologii apreciază că, nu cu mult peste anul 2000, durata medie de viață va fi de 100 de ani, iar vîrsta de 150 ani se va putea atinge cu ușurință.

Depinde de noi toți și de modul cum vom ști să ne organizăm cît mai rațional viața, cu un trai natural, petrecut cu satisfacția muncii de fiecare zi, fără exces ponderal, fără tutun, cu mișcare în aer liber, cu alimentație echilibrată, din care să nu lipsească legumele, fructele, proteinele, uleiurile vegetale și, bineînțeles, atît de valoroasa vitamină a longevității, vitamina E.

Dr. MIOARA MINCU

Grupaj realizat de SMARANDA SBURLAN

ACUPRESING MANUAL

Dacă cunoașteți «secretele» acupuncturii (faptul că o înțepătură de ac în partea posterioară a genunchiului, de exemplu, învinge durerea de spate etc.), n-o să vă surprindă prea mult această metodă numită acupressing manual (am preferat denumirea engleză unei eventuale traduceri aproximative și am prescurtat-o A.M.).

Dar ceea ce trebuie precizat de la început, spre deosebire de acupunctură, A.M. nu este un mijloc de vindecare, curativ, în sine, ci un fel de «prim ajutor» în cazul unei dureri; tratamentul poate fi aplicat de bolnav însuși sau de cineva din preajmă. Un medic, Pedro Chan din Los Angeles, a alcătuit chiar un ghid. Pornind de la harta de acupunctură a corpului uman (există între 500 și 800 puncte sensibile la acupunctură și, bazîndu-se pe propria sa experiență, a descoperit pe el însuși punctele pe care trebuie aplicate A.M. pentru obținerea unor rezultate probante), el a ajuns la concluzia că esențial este să stimulezi aceste puncte de pe corp, nu neapărat cu ajutorul acelor sau cu ajutorul tratamentului electric, dar chiar și prin simpla lor apăsare mecanică cu degetele, adică prin metoda A.M.

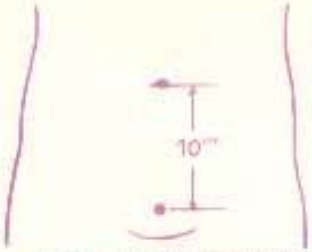
CÎTEVA RECOMANDĂRI

Manipularea. Odată punctul stabilit (vă oferim cîteva fotografii-exemplu cu punctele care trebuie apăsate, alăturînd și desenul cu punctele de acupunctură), puneți degetul și executați rapid două sau trei mișcări de rotație. E bine ca punctele să fie determinate bilateral, adică simetric față de organism.

Durata. Apăsarea să dureze circa 5 minute pe fiecare punct, o dată pe zi sau cînd simțiți că este necesar.

Precauții. Apăsarea degetelor trebuie să fie mai ușoară la începutul tratamentului sau cînd durerile sînt acute și mai puternică cînd durerile sînt cronice. Bolnavul trebuie să fie așezat sau culcat într-o poziție și stare relaxată, într-o încăpere cu aer suficient, în care temperatura minimă să fie de 20°. A.M. să nu fie aplicat femeilor însărcinate, persoanelor cu tulburări cardiace, pe pielea iritată, infectată sau pe cicatrice. Nu se aplică persoanelor cu stomacul plin.

Dacă A.M. se face corect, bolnavul trebuie să simtă o senzație de ușurare fizică.



PENTRU CONSTIPAȚIE

Punctul: aproximativ 10 cm dedesubtul ombilicului pe linia mediană a abdomenului.

Poziția: Bolnavul să stea lungit pe spate.

Presiunea: Sprijiniți cu putere degetul mare sau pumnul mîinii.

INSOLAȚIE

Punctul: la 2 treimi din spațiul dintre baza nasului și buza superioară.

Poziția: Culcat sau așezat.

Presiunea: Sprijiniți puternic cu unghia degetului mare sau a indexului său.

Punctul: la o treime de vîrful călpii piciorului.

Poziția: culcat.

Presiune: apăsați puternic cu unghia degetului mare.

STARE DE AGITAȚIE*

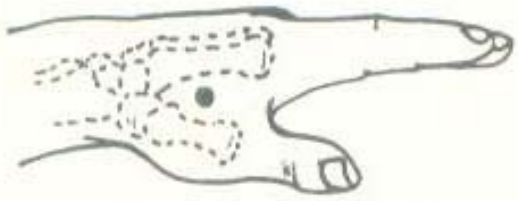
Punctul: în mijlocul pliului interior al degetului mare.

Poziția: indiferent.

Presiunea: apăsați puternic cu unghia degetului mare.

DURERI DE DINȚI, DE CAP, MIGRENE

Punctul: în adîncitura dintre degetul mare și index, între primul și al doilea os metacarpian.
Poziția: așezat, sau culcat.
Presiunea: puternică, cu degetul mare pe al doilea os metacarpian.



INSOMNIE

Punctul: aproximativ 2,5 cm în spatele lobului urechii.
Poziția: așezat sau culcat.
Apăsarea: puternică, cu indexul.
În cazul nereușitei, încercați și punctele alăturate.

Punctul: la aproximativ 7,5 cm deasupra mijlocului gleznei.
Poziția: așezat sau culcat.
Presiunea: apăsați puternic cu degetul mare sau...

Punctul: în adîncitura din exterior, pe tendon.
Poziția: așezat sau culcat.
Apăsarea: puternică cu degetul mare (la fel și pentru palpitații).

TRANSPIRAȚIA

Punctul: în mijlocul palmei
Poziția: așezat sau culcat
Apăsarea: puternică, cu unghia degetului mare.

SPORT

S-A ÎNTÎMPLAT... MÎINE

sau, dacă vreți dumneavoastră, PRE-PREAVANCRONICA OLIMPICĂ ÎN AJUTORUL celor nerăbdători să pătrundă tainele performanțelor '78 (Totul se referă, bineînțeles, la Nadia et comp.)

Incursiunea e, desigur, temerară, dar, dacă așa vrea Almanahul distinselor noastre cititoare, ne supunem.

Ce vrea de fapt Almanahul? Vrea să știe, cu doi ani mai devreme, ce profiluri românești vom putea privi la televizor, pe stadioanele și în sălile olimpice de la Moscova. Așa stînd lucrurile, am organizat o anchetă fulger printre comentatorii de sport și am pus întrebarea cheie:

«Ce sportive românce ar putea să urce pe podiumul olimpic de la Moscova?» Cei 14 comentatori consultați au dat următoarele răspunsuri:

1. Echipa de gimnastică a României.
2. Nadia Comăneci, Teodora Ungureanu, Dumitrița Turner (individual).
3. Natalia Mărășescu (atletism).
4. Marcela Moldovan (scrimă).
5. Maria Cosma (caiac).
6. Agafia Orlov + Nastasia Nichitov (caiac).
7. Carmen Bunaciu (natație).
8. Irinel Pănulescu (natație).

Cu alte cuvinte, comentatorii au stabilit 11 nume sau, mai bine zis, 11 medalii. Ei sînt convinși însă că următorii doi ani pot aduce alte nume, fără să le elimine pe cele prezente. Cei mai mulți s-au referit la o posibilă «explozie» a canotajului fete, care anunță performere de talie, chiar dacă pînă acum numele nu apar la rampă.

Acestea fiind zise, să vedem care ar fi argumentele pentru alcătuirea acestei «duzine» de elită.

CHIAR DACĂ AVANTAJUL TERENULUI...

Pentru echipa de gimnastică a României, pledoaria este aproape inutilă. Cu cele trei gimnaste de la punctul 2, plus Marilena Neacșu, Emilia Eberle, plus mereu altele, începînd cu 12 ani (astăzi) și încheind cu alte veterane de... 18 ani (la ora J.O.), echipa României poate confirma locul II de la Montreal, ca să nu mai spunem că foarte mulți dintre suporterii ei visează un pic mai mult, chiar dacă avantajul terenului (pentru Nelli Kim sau Maria Filatova) este o realitate de care trebuie să se țină seama, mai ales într-un sport care nu operează cu centimetri și zecimi de secundă.

Așadar, un prim-plan cu echipa de gimnastică fete a României, indiferent de componență, de adversare și de buna (sau reaua) dispoziție a comisiilor de arbitri. Curaj, fetelor!

PREZENTUL ȘI VIITORUL I...

Trioul de la punctul 2 e binecunoscut. Pentru Nadia și Teodora se poate pune prefixul arhi. Pentru Dumitrița Turner sînt valabile toate prefixele și sufixele Viitorului 1, mai ales în proba de sol, unde Dumitrita copilita desenează pe covorul de plus cu o fantezie superioară celei a copiilor care pictează pe asfalt cu cretă albă și roșie.

Dar să trecem de la general la particular și să punem întrebarea cheie: **«Va reuși Nadia Comăneci să confirme Montrealul la Moscova, după ce Ludmila Turisceva nu a reușit o performanță similară între München și Montreal?»** Aceasta este întrebarea.

Răspunsul e totuși destul de simplu. Dacă Nadia Comăneci va izbuti să păstreze, la 19 ani (neîmpliniți, e adevărat), dorința de victorie pe care a avut-o la 14, toate celelalte vor fi banale chestiuni de tehnică. Și cu asta, cred că am spus totul.

În ceea ce o privește pe Teodora Ungureanu, ea nu are nevoie de o asemenea condiție. Setea ei de revanșă (pentru Montreal și Praga) este atît de mare încît orice alt stimulent apare ca fiind inutil.

În sfîrșit, Dumitrița Turner are de partea ei vîrsta tuturor posibilităților în gimnastică. Ea va avea, la Moscova, vîrsta de la Montreal a Teodorei, ceea ce înseamnă foarte mult pentru o gimnastă care a început să danseze, încă de pe acum, cu atîta dezinvoltură.

...DAR ȘI VIITORUL II, DEVENIT PREZENT

Vă rog să-mi iertați această paranteză, dar avem un motiv special. În timp ce almanahul nostru se îndrepta liniștit spre tipar, s-a întîmplat ceva la Milano... Ceva nu tocmai prevăzut de gimnastica europeană și, hai să recunoaștem, nici de semnatarul acestor rînduri.

Într-o seară, deci, la Milano, o fetiță din Arad, Emilia Eberle, a devenit campioană europeană absolută de junioare. Așa se face că micuța Emilia, care figura în anticipațiile noastre doar în anonimul rînd 6 al primului subtitlu, primește bonificația unui întreg alineat, care e, oricum, prea mic față de «deschiderea» performanței de la Milano.

Și-acum, pentru că tot sîntem mereu în contratimp — nefiind exclus ca la ora apariției pe piață «mondialele» de la Strasbourg să se fi consumat —, vreau să vă rog (doar) să faceți abstracție de rezultatul din Franța — după cum vedeți, reporterul își ia, încă o dată, și nu tocmai fair-play, măsuri de precauție — și să-i dați tot creditul dumneavoastră Emiliei pentru Olimpiada de la Moscova, cînd actuala campioană europeană de junioare va fi împlinit ...16 ani.

Pe al nostru îl are sută la sută...

Nadia Comăneci

MEDALIILE NATALIEI

Știu că veți da din cap la auzul numelui Natalia Mărășescu. Sînteți, poate, sub impresia locurilor 2 pe care Natalia le ocupă aproape monoton, ratînd invariabil sprinturile finale. Dar frumoasele medalii de argint cucerite la Praga, în campionatul Europei, fac ca Natalia Mărășescu să se apropie tot mai mult de pragul de aur cînd marea ei clasă îi va da și forța sprintului final necesar victoriei.

Să mai arătăm că ea este capabilă de noi recorduri în direcția efortului de perfecționare atletică, astfel încît «călcîiul lui Achille» să nu-și mai facă simțită prezența, iar sprintul Nataliei să devină, printr-un mai bun dozaj, o armă de luptă pentru primul loc.

Natalia Mărășescu

CU FLORETA «JEANTY» SPRE J.O.

Marcela Moldovan e una dintre favoritele floretei. Și nu numai pentru că a cucerit recent un trofeu foarte popular, «Trofeul Jeanty». Ea este una dintre favoritele floretei pentru că aparține unei școli care se numără, oricum, printre primele patru școli de floretă din lume, și pentru că în genealogia floretei noastre se află nume ca acelea ale Olgăi Orban-Szabo sau Ecaterina Stahl. Marcela Moldovan, clasată pe un loc fruntaș în Cupa mondială (prin adițiune de puncte) la ora cînd scriem aceste rînduri, rămîne una dintre favorite, chiar dacă este vorba despre un sport în care totul depinde de un beculeț aprins, în plus sau în minus.

Marcela Moldovan

ÎMPOTRIVA NIAGAREI

Maria Cosma, caiacistă despre care mulți spun că ar putea vîsli pînă și împotriva Niagarei, rămîne o favorită a probei de simplu 500. Ea se prezintă la start, oricum, cu un titlu de vicecampioană mondială, ceea ce ar echivala cu o medalie olimpică de argint. Iar dacă adăugăm și coeficientul de efort cu care Maria știe să-și urmărească ținta, ne este greu să-i retragem calitatea de «om de podium», ba chiar între două caiaciste învinse.

Pentru cuplul Agafia Orlov + Nastasia Nichitov, argumentele sînt aceleași.

În sfîrșit, două înotătoare: Carmen Bunaciu și Irinel Pănulescu. Prezența a două înotătoare într-o asemenea listă, chiar la modul anticipației optimiste, este un caz fără precedent în natația românească. Dar locurile acestor două fete au suficiente argumente. Carmen Bunaciu a fost, timp de două săptămîni, cea mai bună performeră mondială a anului 1978 la 100 m spate, cu 1:03,19. De asemenea, ea a figurat pe locul doi în lume și la 200 m spate. Carmen este, în momentul de față, printre primele patru înotătoare la ambele probe, ceea ce justifică, oricum, optimismul co-

Maria Cosma

Carmen Bunaciu

mentatorilor români. Să mai notăm că multipla noastră campioană va avea mai puțin de 19 ani în zilele Olimpiadei de la Moscova, înscriindu-se astfel, și din acest punct de vedere, în graficul valorii maxime.

Irinei Pănulescu a mai declarat în paginile revistei noastre că se simte atrasă de mereu tînărul său idol, Nadia Comăneci. Deși nu a împlinit 14 ani, deși a avut o eclipsă în această vară, Irinei dovedește o polivalență din care se va putea forma, pe parcursul următorilor doi ani, o mare specialistă. Mult succes, Irinel!

*

La capătul acestei foarte rapide treceri în revistă, un P.S. pe care l-au solicitat toți comentatorii. Ei sînt convinși că alte și alte nume de sportive românce visează, încă de pe acum, podiumul olimpic de la Moscova. Alcătuirea acestei liste lapidare nu exprimă decît o maximă circumspecție profesională. Dar marea dorință a cronicarilor e ca peste doi ani cititoarele noastre să-i acuze de scepticism nefondat, spre bucuria tuturor iubitorilor sportului.

IOAN CHIRILĂ

Irinel Pănulescu

Emilia Eberle

MORAVURILE UNEI LUMI ÎN DERIVĂ

Presa occidentală supune opinia publică unui veritabil bombardament cu articole și reportaje care în ansamblu dau dimensiunile unei societăți în care poluarea morală, cu întregul apanaj de imoralitate, face numeroase victime. Vă oferim cîteva mostre ale modului de viață capitalist, o veritabilă lume aflată în derivă.

„VISEZ ÎN FIECARE NOAPTE CĂ MĂ ÎNTORC ÎN ȚARĂ"

Vorbesc imigrantele: dor, singurătate, suferințe...

Köln. Coadă la ghișeul Oficiului de stare civilă din cartier. La un moment dat o conversație agitată întrerupe tăcerea; un funcționar se adresează cu voce din ce în ce mai tare unei femei care-l privește rătăcită, și care, în mod evident, e o străină. E o italiancă, dar ar putea fi și spaniolă sau turcoaică. Mă apropii, pentru că înțeleg că aș putea s-o ajut. Pe scurt, reușesc să-i explic ce vor de la ea, anume că pentru a-și înscrie ultimul copil născut pe lista de taxe trebuie să prezinte și alte acte, pe care trebuie să și le procure. Femeia rămîne acolo, nemișcată, fără să scoată vreun cuvînt. Mă ofer să o întovărășesc la biroul unde trebuie să-și procure «actele» și ieșim împreună. Îmi spune că se află în Germania Federală de 10 ani, are patru copii, născuți toți aici, de aceea nu poate lucra. Muncește soțul ei, dar acum el este bolnav. «Nu știu limba germană», îmi spune, ca să-mi explice de ce nu e în stare să-și rezolve micile probleme singură, în afara casei. Acesta e un caz limită? Poate fi, dar trebuie să ne întrebăm unde și de ce se ascund printre emigrante sute de cazuri asemănătoare. Primul răspuns clar este că pentru femei caracteristica cea mai evidentă în emigrare, față de situația din țările de origine, este agravarea tuturor contradicțiilor condiției femeii.

«În fiecare noapte visez că plec», spune Carmelina, ce provine din provincia Caltanissetta. «Cînd era de lucru și eu munceam toată ziua și cînd mă întorceam acasă obosită moartă și trebuia să fac tot, mă gîndeam pentru ce string acei bani și așa rezistam la sacrificii. Acum, cînd nu mai am de lucru de un an, aș vrea să plec și-i tot spun soțului meu că ne stricăm sănătatea degeaba. Dar el...» Sînt cuvinte care reflectă o condiție dramatică.

Aflăm că atunci cînd se fac concedieri în

Germania Federală se încrucișează două fenomene: cei concediați se întorc în Italia, în timp ce muncitorii ceva mai stabili își aduc familiile pentru a micșora cheltuielile dublei întrețineri. Din cauza crizei, crește numărul femeilor care rămîn acasă: sînt mame, fiice, soții care continuă să sosească în R.F. Germania deja condamnate la rolul de somere, sînt concediatele care nu sînt nici măcar notate în statisticile birourilor de brațe de muncă pentru că reintră în munca de gospodărie, sînt cele care au amînat cu un an căutarea de lucru pentru că sînt legate de treburile familiei și care în momentul actual trebuie să se resemneze. Într-o recentă anchetă a Ministerului Tineretului, Familiei și al Sănătății din R.F. Germania se afirmă că cele 250 000 de gospodine străine (aproape jumătate din femeile imigrante) constituie stratul social cel mai puțin «integrabil».

Izolarea le lasă pradă tulburărilor nervoase, fie pentru că obișnuințele, cu care erau deprinse în țara de origine, nu evoluează spre

ORAȘUL GHETOU AL SĂRACILOR

«Periferia estică a Glasgow-ului nu are egal în Europa în ce privește oribila statistică a nenumăratelor privațiuni». Cuvintele sînt extrase dintr-un raport prezentat Ducelui de Edinburgh de «Conferința de studii a Commonwealth-ului pentru dezvoltarea urbană».

Periferia estică a Glasgow-ului nu seamănă cu East End-ul londonez, un cartier elegant, cu personalitatea lui, ci este o zonă de dezastru, o serie de vecinătăți care își împart aceeași calamitate, niște linii discontinue de clădiri, care se depărtează în mijlocul unor terenuri virane întinse, asemenea ultimului dinte care se clatină al unui bătrîn. Aproape un sfert din locuințe sînt supraaglomerate și jumătate din ele nu au apă, nu au baie sau toaletă în interiorul casei. Un bărbat din cinci este șomer. Vandalismul este un lucru obișnuit. Alcoolismul este omniprezent. Incendierile premeditate au devenit un mijloc răspîndit de petrecere a timpului. Tuberculoza — flagelul Glasgow-ului în trecut, dar aproape necunoscută în ultimii ani — cunoaște o recrudescență. Mortalitatea infantilă este cea mai ridicată din Europa.

«Situația este înspăimîntătoare» — declara un asistent de la un spital local. Pur și simplu nu putem externa pacienții în casele acelea igrasioase, murdare, părăginite, mai ales cînd ei sînt în convalescență după un atac de cord sau după o boală de plămîni».

Priveliștea cea mai deprimantă o oferă cartierele construite după război, casele care au degenerat în cocioabe în decursul unei singure generații. Barrowfield din Bridgeton este un mic cartier de vreo șase străzi. A fost construit în timpul crizei de locuințe din anii de imediat după război, cînd economiile și graba erau singurul criteriu. Bande de adolescenți terorizează vecinii și un șir întreg de ferestre sînt umplute cu cărămizi sau acoperite cu polietilenă în loc de geamuri.

Un medic chemat la patul unei paciente din vecinătate a ieșit precipitat din casa acesteia, după numai zece minute, cu o batistă la gură. În 20 de ani de practică medicală nu mai fusese niciodată martorul unei asemenea mizerii. Femeia era prea bolnavă pentru a face treabă pentru familia prea numeroasă.

O femeie din strada Barrowfield, cu șase copii — cel mai mare de nouă ani, cel mai mic de un an —, spune că nu prea îi lasă să iasă din casă. «Mi-e teamă să nu nimerească într-o companie proastă și să fie luați de poliție».

Teresa Casey, o adolescentă, locuiește la Barrowfield, dar la sfîrșitul săptămînii se duce întotdeauna la bunica ei, în altă parte a Glasgow-ului. «Știți, din cauza bătăilor. Poliția vine cînd totul s-a terminat, sau stă în cabina ei și așteaptă».

În prima zi pe care am petrecut-o în periferia estică, la Bridgeton, eu și fotograful Colin Jones, scrie Chain Bermant în revista britanică «The Observer», am stat de vorbă cu vreo 30 de persoane, din care *numai una* — un negustor de pește — avea de lucru. Restul erau fie inapți de muncă, fie șomeri. Prima persoană pe care am întîlnit-o, James McLure, 59 de ani, un bărbat micuț, cu ochii de culoare deschisă, șoma de la 43 de ani. «Cine mi-ar mai da de lucru la vîrsta mea?»

Alcoolismul este altă problemă. Alcoolicul scoțian este mai puțin umflat decît partenerul său englez, pentru că el trăiește și moare mai mult din băuturi spirtoase. Dar există și ființe situate mai jos decît acești beți, sînt «pilangiii», care își caută uitarea într-un amestec de fixativ pentru păr și limonadă.

---

legături cu lumea exterioară și le împiedică orice socializare, fie pentru că deziluzia de a rămîne gospodine și în emigrație le aruncă într-un fel de apatie. Imigrantele sînt primele care cad în plasa muncii negre, cu atît mai mult cu cît acum are loc un proces de transformare a anumitor activități în îndeletniciri particulare, cum e cea a curățeniei în birouri publice, în care străinele sînt primite în subantrepriză cu salarii infime.

Se produc schimbări și în conștiința femeilor germane, multe grupuri simțind nevoia unei legături cu emigratele. Un grup de cercetătoare de la «Institut für Sozialarbeit und Sozialpedagogik» din Bonn a lansat un proiect de anchetă asupra condiției străinelor, care trebuie realizată cu contribuția directă a femeilor ce lucrează în centrele de asistență socială, în sindicat, în inițiativele cetățenești, și a imigrantelor însele. Împreună cu ele s-a ținut un seminar în care, în afara discutării elaborării unui proiect de lucru, au fost stabilite drept revendicări dreptul la permisul de lucru și de ședere și la prestările sociale și de asigurări pentru toate femeile străine, independent de proveniența lor națională și de starea civilă, abolirea disproporțiilor alocațiilor familiale între muncitorii din țările comunitare și cei din afara CEE, sprijinirea din partea instituțiilor a inițiativelor privind problemele specific feminine. Sînt însă doar revendicări!

(După «Noi Donne»)

FALSUL ȘI ADEVĂRATUL NOROC

Cești de cafea răsturnate, palme întinse pentru ghicit... Al șaptelea festival al ghicitorilor, care s-a ținut la Paris, a cunoscut un succes formidabil! — relatează agenția «France Presse». În holul hotelului «Sheraton», peste 4 000 de persoane s-au îmbulzit să-și cunoască viitorul cu ajutorul diverselor instrumente ale «clarvăzătorilor», inclusiv flăcări, bobi, horoscoape. În fiecare seară, aproximativ 30 de ghicitoare «mediumuri», hipnotizatori și astrologi, cartomancieri, separați între ei prin paravane ornate cu stele și cărți de tarrot, au fost asaltați de 300-500 persoane de ambele sexe.

La ora actuală, în Franța există peste 50 000 de «voyants», din care 12 000 se află la Paris, iar cifra încasărilor din această «branșă» depășește anual 70 miliarde de franci vechi. Tarifele oscilează între 10 și 100 de franci pentru consultație, iar dacă e vorba de o situație «serioasă», cum ar fi recîștigarea unei iubiri pierdute, escrocheria ia forme acute, pretinzînd frumușica sumă de 30 000-40 000 de franci.

Inexplicabile sînt naivitatea și ignoranța celor care cu toate descoperirile științifice și tehnice rămîn tributarii unor concepții mistice, devenind clienți ai unor șarlatani deghizați în ghicitori.

Semnificativ e faptul că din această clientelă femeile sînt cele mai numeroase. Un indiciu în plus al inegalității lor cu bărbatul, concretizat în accesul lor redus la informarea științifică, în tendința de a le menține «la cratiță», departe de palpitanta lume a progresului.

S.O.S.! FEMEI MALTRATATE

Alo! S.O.S.! La telefon Françoise...

La Paris s-a înființat o asociație a cărei denumire are o rezonanță bizară și dramatică: «S.O.S. — femei bătute», care se ocupă de femeile molestate de proprii lor soți. Cazurile sînt atît de frecvente încît telefonul asociației este solicitat mai des decît se poate imagina.

În fiecare zi sînt semnalate cazuri de soții și copii care părăsesc domiciliul conjugal pentru a se pune la adăpost de loviturile fizice și morale pe care le primesc de la soții respectivi. Abia deschis, acest centru, inaugurat de un numeros grup de militante feministe, prezidat de cunoscuta și apreciata scriitoare franceză Simone de Beauvoir, a devenit neîncăpător. Femeile căzute victime propriilor lor soți provin din cele mai diverse straturi sociale. Se naște întrebarea: cărui numitor comun se datorează aceeași atitudine anacronică, incredibilă, barbară, a acestor soți care cred că pot domina prin forța fizică? Răspunsul necesită o analiză profundă, dar printre cauzele reale bănuim mentalitatea mic-burgheză, retrogradă, ce-i caracterizează pe toți cei care-și maltratează familia.

Stupefiată în fața unui asemenea fenomen ce întristează, opinia publică franceză progresistă susține lupta perseverentă a grupului de militante împotriva acestei mentalități, luptă prin care caută să salveze femei și copii de la traumatisme fizice și psihice, să ridice femeia la locul ce i se cuvine pe planul egalității cu bărbatul în viața socială, pe plan juridic, precum și în celula cea mai importantă a societății — familia.

(După «France Presse»)

CÎND POLIȚIA ESTE K.O.

În paradisul turismului, Italia, nopțile nu mai sînt lungi. La Milano, doar trei restaurante mai sînt deschise pînă la 2 noaptea, iar cluburile de noapte închid cu o jumătate de oră mai tîrziu. Milanezii preferă să stea acasă. Locuitorii Romei la fel. Iar cei din Neapole și mai mult. Încuiați cu șapte lacăte. În marile orașe, bogătașii angajează ca să le vegheze somnul și polițiști particulari. Căci niște cifre i-au învățat pe italieni ce e groaza — la fiecare zece minute, o spargere; la fiecare două ore, o crimă.

Polițiștii de la «Mondiapol» patrulează astăzi prin fața unui număr de 300 filiale bancare și cîteva sute de persoane particulare sînt păzite de ei. Clienții lui Callieri preferă să-i plătească sume «grase» decît să achite răscumpărări astronomice răpitorilor. În ultimii ani, în Italia s-au plătit peste 80 de milioane de dolari răscumpărări pentru a se salva viața victimelor răpitorilor.

Polițiștii de la «Mondiapol» sînt atît de solicitați încît acum efectivul va fi mărit și cu femei. După o temeinică pregătire de tir și karate, ele sînt angajate mai ales pentru paza magazinelor de bijuterii sau pentru a le însoți pe italiencele bogate la cumpărături.

Unii italieni nu au încredere nici măcar în paznicii particulari cei costisitori, preferînd să-și cumpere pistoale. Astfel, după cinci spargeri comise într-un singur an la vila Claudiei Cardinale, prietenul acesteia, regizorul Pasquale Squittieri, și-a cumpărat un pistol. Odată, cînd a văzut mișcîndu-se niște tufișuri și a auzit trosnind niște crengi, a crezut că au venit hoții pentru a șasea oară și a deschis focul, nimerind doi fotografi veniți să imortalizeze celebra pereche. Pentru aceasta, Squittieri a primit o pedeapsă de 18 luni închisoare.

Dacă și-ar fi angajat o «gorilă» personală, așa ceva nu s-ar fi întîmplat.

(După «Bunte»)

AVENTURA UNEI VIEȚI

Secvența pare a fi desprinsă dintr-un film: un om cu echipament de alpinist se strecoară cu greu prin labirintul întunecat al unei peșteri. Flacăra pîlpîndă a lămpii naște imagini bizare, pereții parcă plîng și în tăcerea de sub muntele care se ridică, undeva, deasupra, pînă spre cerul unde este lumină și culoare, și viață doar susurul abia ghicit al unui fir de apă subteran ce face să speri că, totuși, în acea lume a adîncurilor ceva se mișcă. Omul înaintează mereu, galeria se răsucește, ia chipuri înșelătoare, uneori omul ajunge de unde a plecat, ochii scormonesc întunericul, cînd și cînd se oprește, culege ceva de pe peretele lucios, apoi pornește mai departe. Prietenii lui se află pe undeva, pe aproape, prin acest labirint, dar unde? Nu se aude nimic, decît susurul acela abia... Dar ce se întîmplă? De ce se stinge lampa? O pîlpîire de lumină înseamnă enorm în acele tainițe mute, fără lumină ești pierdut. Încearcă s-o aprindă, dar nu reușește, chibriturile se termină, strigă, nu-l aude nimeni; coturile galeriilor reflectă sunetul și-l întorc de unde a plecat... Clipele trec grele, încărcate de fantasmele unei lumi în care întunericul apasă mai greu ca muntele. Se ivește disperarea? Nu, omul se așază, calm, pe un bolovan și așteaptă. Știe că peste cîteva ore tovarășii săi îl vor căuta și-l vor găsi. Totul e să nu se pornească ploaia, afară, atunci rîul subteran crește, astupă «sifoanele» și nu se mai poate trece. Asta înseamnă că ar trebui să aștepte mai mult. Dacă va fi nevoie, va aștepta. Deodată simte o mișcare. Își încordează toate simțurile, da, se aude precis o mișcare. Strigă din nou și, în bezna aceea, îi răsar două lumini stranii și se aude un mic scheunat.

— Cibi.

Este cîinele speologilor, rămas deasupra. El a auzit strigătul. Cu simțul lui extraordinar a intuit pericolul și iată-l la datorie. Cum să ieși însă fără lumină? Pașii bîjbîie drumul, singura călăuză sînt ochii lui Cibi. Cum de sclipesc ei în bezna aceea? Se duce înainte, apoi stă, cu ochii țintă, pînă se apropie stăpînul. Într-un tîrziu ajung afară. Este amiază și un soare năvalnic îi orbește. Omul își aruncă echipamentul și își descoperă capul. O bogăție de bucle negre, scurte, îi adumbresc chipul obosit. Cîinele așteaptă, răbdător, mîngîierea.

— Bravo, Cibi, ai fost la înălțime!

Speologul era o femeie.

Povestea aceasta s-a petrecut în urmă cu ani buni, într-o peșteră din Valea Cernișoarei, este o întîmplare dintre multe altele, căreia cercetătorul științific Ștefania Avram nu-i dă nici un fel de importanță. Face parte dintre «amintirile» unei femei care și-a ales o profesie prin specificul său plină de aventură. De aventura cunoașterii, a descoperirii tainelor pămîntului. Întrebarea vine singură:

— Nu v-a fost niciodată frică?

— Nu. Un om fricos n-are ce căuta în peșteră. Sau un om care suferă de claustrofobie. Sau cel care, tîrîndu-se pe o galerie strîmtă, «simte» că-i «cade» muntele în spinare. Apoi, este nevoie și de rezistență fizică, de antrenament. Urci și cobori, treci prin lacuri și cascade, te cațări pe frînghie, porți în spate un echipament destul de greu, plus toate ustensilele de cercetare, mîncarea... Explorările și cercetările se efectuează în echipă, este nevoie de spirit de întrajutorare, fiecare răspunde pentru fiecare. Dar este o muncă extraordinară. Aș lua-o oricînd de la capăt.

— Cum ați ajuns în speologie?

— Prin... descoperire. Drumul meu în viață a fost acesta: mai întîi am fost filatoare, la F.R.B.-2, unde am lucrat cam trei ani. De aici am fost selecționată pentru o școală muncitorească, apoi, ur-

mînd filiera de învățămînt cunoscută, am absolvit facultatea de biologie. Pentru că am reușit cu media maximă, am fost repartizată să lucrez la Academia R.S.R., ca organizator științific la secția de științe biologice. Dar mie nu-mi plăcea. Voiam să fac cercetare. Așa că, spre mirarea celorlalți, m-am înscris la un concurs și am devenit cercetător la Institutul de speologie. La 32 de ani.

— Nu era cam tîrziu?

— Cînd te pasionează ceva, niciodată nu este tîrziu. Și apoi, nu uitați: eu și facultatea am făcut-o ceva mai încoace. Așa că, de atunci, împreună cu colegii mei, «bat» peșterile din România și efectuez cercetări științifice. E o muncă mai puțin comodă, dar mult mai interesantă.

— Ați fost o bună sportivă?

— Deloc. Cînd am plecat cu prima echipă de explorare, știu că eram chiar de-a dreptul neîndemînatică. Am căzut și din camion, și din căruță, iar la intrarea în peșteră a trebuit, spre hazul tuturor, dar nu și al meu, să mi se pună o scară. Am căpătat însă și îndemînare și rezistență fizică. Căci a fost nevoie de muncă, nu glumă. Peșterile noastre nu prea erau explorate, noi, cei de aici, am efectuat o muncă sistematică de explorare, clasificare și cercetare. Un volum de muncă extraordinar și nu în condiții tehnice și nici cu echipamentul de care dispunem acum. Dar, repet, deși este o activitate foarte grea, aș lua totul de la capăt, de-ar fi să se întoarcă tinerețea. Poate că în toate acestea joacă un oarecare rol și tenta de aventură, pătrunzi într-o lume necunoscută, căreia ești chemat să-i descifrezi tainele. Sigur, faci pe alpinistul adîncurilor, o baie, iarna, la 4-5 grade, e un amuzament, dar nu chiar o plăcere, te afunzi prin «sifoane» cu numai 4-5 centimetri pentru respirație, dar trecînd peste greutăți și învingîndu-le ești, parcă, însutit răsplătit. Te justifici necontenit pe tine însuți, trebuie să ieși mereu învingător. Apoi, lumea aceea, fascinantă, din adîncuri, frumusețile carstice, care nu se dezvăluie decît cîtorva ochi... Aș zice că în toate există voluptatea descoperirii. Eu caut să descopăr tainițele de viață ale opilionidelor. O, nu sînt ființe prea agreabile, seamănă cu păianjenii, foarte rapace, carnivore, dar nu fac rău oamenilor. Cu un studiu asupra opilionidelor troglofide din România am obținut doctoratul. Am cîteva lucrări publicate în țară și în străinătate, am prezentat comunicări științifice. Plus activitatea de explorare.

— Cum ați împletit această activitate atît de deosebită cu calitatea de mamă și de soție?

— Cu sprijinul permanent al soțului, care este economist. Odată, crezînd el că expedițiile de explorare sînt un fel de excursii, a dorit să participe la una. L-am luat cu noi la Topolnița. A făcut cîțiva pași prin peșteră, apoi am escaladat un mic perete, ne-am bălăcit prin cîteva bălți și cînd a auzit vuietul unui rîu subteran a luat-o înapoi. Încă nu intrasem în peștera propriu-zisă. De atunci poartă un mare respect activității mele. L-am luat și pe băiat, dar nici lui nu-i place. Îl pasionează tehnica.

— Ce v-au învățat, în primul rînd, adîncurile?

— Să iubesc oamenii și viața. Și am învățat că oamenii pot fi extraordinar de buni. Acolo, prin galerii, unde, în definitiv, te poate prinde oricînd o primejdie, se nasc o camaraderie minunată, un deplin spirit de echipă, omul își etalează tot ce are mai bun, mai înălțător în ființa sa. Poate că meseria mea e, în definitiv, aventura unei vieți, dar o aventură în care am cunoscut omul, m-am cunoscut pe mine și am fost de folos semenilor. Fiindcă orice descoperire, oricît de științifică ar fi, la asta trebuie să servească și la asta trebuie să ajungă. Nu este formidabil?

— Este.

ÎMBLÎNZITOAREA DE LEI

Un leu, oricît de «blînd» s-ar chema că e, rămîne, la urma urmelor, tot leu. Adică o fiară. Dar cînd ai în față o turmă de opt... Brr, să stea, acolo, la ei, în cușcă! Se uită la tine cu o asemenea pasiune încît suspectezi pînă și rezistența zăbrelelor de fier. Își îngustează ochii și rag, dezvăluindu-și niște surîsuri fără echivoc. Lina Buzduga rîde cu lacrimi.

— Vedeți, vorbesc cu dumneavoastră.

— Mulțumesc de asemenea conversație. Nu cumva vor să-mi strîngă și mîna?

— Nu, asta n-ar fi prea prudent, s-ar putea să v-o strîngă prea tare. Fără să-și dea seama. Din prietenie.

— Știți, fac și eu haz, mie nu mi-a plăcut niciodată prietenia cu leii.

— Păcat. Mie îmi place.

Pur și simplu mă simt complexat în fața unei astfel de interlocutoare. Ca să dresezi lei, ba și urși, îți trebuie un curaj pe care eu, oricît de viteaz aș vrea să fiu, nu sînt în stare. Dar, în definitiv, nici nu este treaba mea. Este meseria Linei Buzduga.

— Cum de v-ați ales-o tocmai pe asta?

— E mai mult decît o meserie. Este o pasiune. Care nu poate fi posibilă decît dacă iubești animalele.

— Mă rog, nu vă contrazic. Dar, ele de unde știu că...

— Simt. Ca oricare ființă! Și, bineînțeles, trebuie să le dresezi de cînd sînt mici, să se obișnuiască cu tine.

— Totuși, există mereu un risc...

— Da, există. Dar mai există și curajul și voința de a demonstra că animalul poate fi stăpînit de om. Și-apoi, trebuie să înțelegeți lumea aceasta, mirifică, a circului. Unde mii de copii mici și de copii mari vin aici și, în compania noastră, a celor care pare că stăpînim imposibilul, revin și ei acrobați și iluziniști, îmblînzitori de fiare și clovni. E o aventură transfigurantă, de vis, care se cheamă spectacol. Să vă spun că oamenii cînd pleacă de aici sînt mai curajoși și, poate, mai buni? Eu sînt sigură.

Destine de excepție

E o femeie micuță, blondă, cu trăsături fine, deloc brutale, ai zice că se teme ca de moarte și de un șoricel.

— Apropo, vă e teamă de soareci?...

— Sigur, mă sperie. Am oroare de ei, sînt niște ființe dezagreabile...

A fost copil de trupă, «voluntară», cum îi place să zică, în divizia «Tudor Vladimirescu». La 15 ani devine o bună lunetistă, a participat și la operații de front, are și decorații. Apoi s-a căsătorit, dar s-a și îmbolnăvit. O boală lungă, grea, de care a scăpat abia după vreo șapte ani. A urmat și o școală de artă populară, apoi...

— Apoi, am fost, într-o zi, la circ... Arena m-a fascinat. Am simțit că asta trebuie să fac, orice s-ar întîmpla. Soțul a făcut haz, dar m-a lăsat să aduc în casă vreo 4 cîini-lup. Pe care mă străduiam să-i dresez. Apoi am citit mult despre tehnica dresajului și, într-o bună zi, m-am prezentat la fostul colț zoologic din Parcul Libertății. Erau acolo 5 ursuleți mici. Cei de acolo m-au privit cam așa... să nu vă spun cum. Dar l-am sîcîit pe directorul de la spațiile verzi pînă m-a lăsat să intru la ei. Am devenit un fel de îngrijitoare voluntară.

Erau și lei acolo. O leoaică avea doi pui. Apoi iar m-am îmbolnăvit.

— Totuși nu v-ați lăsat.

— Cum așa? Între timp animalele fuseseră mutate la Băneasa. Acolo, cineva, ca să scape odată de mine, mi-a zis: «Poftim, dacă ai curajul, intră la lei». Și au deschis portița. Eu, țuști înăuntru. Au încremenit, căci nu credeau că intru și, oricum, aveau de gînd să mă oprească. Erau două leoaice tinere. «Ieși, mi-au zis, ieși imediat». Eu, nimic. Una din leoaice s-a și repezit și mi-a pus o labă «prietenească» pe piept. I-am dat un pumn peste bot și i-am poruncit să stea la locul ei. Leoaica s-a retras — spre mirarea tuturor — în colțul ei. Apoi am ieșit. Acela a fost «botezul».

— A fost... cum să zic... o...

— O nebunie, nu? Pentru ceilalți da, pentru mine nu. Simțeam că am în mine forța de a stăpîni animalele. Cum poți dovedi asta decît în confruntare directă? De atunci am început, sistematic, dresajul. Uneori am dresat formații de lei și urși laolaltă. Unic în Europa. Sînt aproape 20 de ani de cînd fac asta. Am dat numeroase spectacole, am prezentat dresuri de lei, sau de lei și urși, în majoritatea circurilor europene. Deci, am devenit, așa cum sînt prezentată uneori la circ: «îmblînzitoarea de lei Lina Buzduga».

— Nu pot evita un nume: Lidia Jiga...

— Știu ce vreți să spuneți. Ea a început înaintea mea la circ. Cu lei și pantere. Eu am venit cu lei și urși. Prin 1959, pe post de... controlor la menajerie. Cu greu am convins lumea că sînt în stare să fac dresaj. Ce s-a petrecut cu ea a fost și întîmplare. Lidia era o mare dresoare. Dar a mai fost, cred, ceva: dovedea o prea mare încredere în animale. Ele te ascultă, dar trebuie să stai foarte mult timp cu ele. Ori Lidia, în ultima perioadă, nu prea sta. Și, sigur, mai sînt și alte cauze. Dar a fost o fată extraordinară.

— Nu vă temeți niciodată?

— Nu. Am grijă însă să nu las nici o «șansă» animalelor. Să le ghicesc orice intenție înainte de a și-o manifesta. Lucrez acum cu acești 8 lei. Cu 6 ies în arenă, doi îi am în... rezervă. Sînt «cap de afiș» în toate circurile pe unde mergem. Acum pornim într-un turneu în Uniunea Sovietică. Uitați ce scriu ziarele despre mine. În toate limbile. În esență ele recunosc că am una dintre cele mai reușite dresuri din lume. Într-o țară am avut chiar dificultăți cu o tigroaică... Știți, aceea cînd leul trece prin cercul de foc. Eu cer să se stingă lumina și după aceea aprind cercul. Clipele acelea, în întuneric, pot fi primejdioase. Dar nu-i slăbesc din ochi. Apoi, merg pe dresura «de junglă», îi întărît, îi țin la hotarul dintre joacă și realitate; leii par fioroși, asistența stă cu răsuflarea tăiată, dar și eu și ei cunoaștem jocul. Nu i-am bătut niciodată, niciodată nu sînt cu ei nervoasă. Le studiez psihologia. Lucrez cu 7 leoaice și un leu. Toate sînt înamorate, dar leul e constant în dragoste, își alege una sau două și gata... Celelalte îi dau circoale, geloase. Trebuie să țin seama și de asta.

— În viața de toate zilele sînteți o curajoasă?

— Nu. Nu prea mă descurc. Eu trăiesc aproape numai în arenă. Cînd ies, totul mi se pare dificil...

— De ce vă temeți, totuși?

— De mașini.

— Nu v-ar plăcea să conduceți una?

— Vai de mine! Îmi este o frică de moarte. Caii putere nu pot să-i stăpînesc. Prefer leii.

VASILE TINCU

„SFATURI" PENTRU CELE CE VOR SĂ SE CĂSĂTOREASCĂ

● Înainte de toate trebuie să știm ce este un bărbat. Știința a dat o definiție concretă. Bărbatul este acel vertebrat care se lasă ușor domesticit și dresat, el poate fi învățat să spele vasele, să lustruiască parchetul, să aducă acasă cartofi și leafa ● Să ne referim acum la lucruri mai concrete. Cine-l poate lua în căsătorie? Oricine, fiindcă orice femeie se poate căsători: frumoasă și nefrumoasă, drăguță și nedrăguță, ba chiar urîtă de-a binelea. Femeile grase, slabe și proaste se mărită ușor. Cu cele inteligente e mai greu: ce bărbat vrea să aibă o nevastă mai deșteaptă decît el? ● Cînd vă alegeți soțul trebuie înainte de orice să aveți în vedere înălțimea lui. Ca și îmbrăcămintea, bărbații au: talie mare, mijlocie, mică. Primii nu sînt rentabili într-un menaj; cei mici, dimpotrivă, sînt comod și avantajos de exploatat. Cu un soț scund nu e nevoie să aruncați rochiile vechi, dintr-o fustă pu-cîndu-se face minimum două șepci ● Cît despre bărbații de talie medie, ei seamănă cu cei mici de statură, dar mănîncă la fel ca cei înalți ● Ochii bărbaților pot fi albăstri, cenușii, verzi, negri sau căprui și — independent de culoare — vanitoși. Să ne referim însă și la culoarea părului ● Blonzii sînt modești, încrezători, de o naivitate copilărească. Ei ajung la domiciliul conjugal cu leafa încreagă ● Brunii sînt nervoși și geloși. Dacă își bănuiesc soția de adulter, devin violenți și promit că o omoară, apoi se sinucid. Numai că nu știu cu ce să înceapă. Neputîndu-se hotărî, pleacă de-acasă pentru totdeauna, pînă la prînz ● Roșcovanii sînt blajini, amabili, generoși. Ei se cred blonzi. Totuși, căsătorindu-vă cu un roșcat, nu începeți niciodată o ceartă înainte de a-l fi săturat, căci pe nemîncate e foarte periculos ● În fine, ajungem acum la cei complet blonzi, cei cărora li se spune în spate «golași». Serioși și economi, ei nu risipesc banii pe tunsorile la modă, pe piepteni sau șampoane costisitoare. De obicei, se spune: cînd chelia e în față, înseamnă inteligență, cînd e în spate, înseamnă că posesorului ei îi place să facă femeilor curte. Cei care au chelie și în față și în spate fac curte femeilor cu inteligență ● În consecință, dacă sînteți pusă în situația de a alege, luați un pleșuv. Este o opțiune fericită. El vă va aduce în casă confort și... lumină.

LEV IZMAILOV și ALEXANDR LEVENBU

Tradus din limba rusă de VIORICA TĂNĂSESCU

GĂSIȚI DESENUL PERECHE

Cele două desene din stînga (A și B) își au corespondentul lor în desenele aflate în partea dreaptă, într-unul din numerele 1, 2, 3, și respectiv în numerele 4, 5 și 6. Pentru a vă face mai dificilă alegerea, desenatorul vă prezintă desenele din dreapta inversate.

— Pe soțul meu? O, nu! Nu-l văd niciodată în timpul mesei.

mamutul

Nu de mult, săpînd în grădina casei, am descoperit osemintele unui pui de mamut. Întreg și dispus în forma inițială de-acum zece milioane de ani, scheletul — mi-am dat seama imediat — era pentru oamenii de știință un document de importanță capitală. Conștientă de însemnătatea evenimentului, la numai zece minute după deshumare, m-am dus să-l declar organelor în drept. Funcționarul biroului de sesizări m-a primit foarte amabil, dar circumspect:

— Sînteți convinsă că e de mamut?

— Da.

— Cum l-ați identificat?

— După dinți.

— Vă rog să nu glumiți.

— Nu glumesc deloc. Trimiteți o echipă de specialiști și vă veți convinge că e vorba de un exemplar din specia mamiferelor fosile pleistocene care...

Omul nu păru entuziasmat:

— Lăsați, lăsați, că tot așa, zilele trecute, a venit o tovarășă cu niște resturi de inorog găsite în pivniță, care s-au dovedit pînă la urmă a fi ale unei găini de Crevedia și căzută cloșcă deasupra. Sînteți în cîmpul muncii?

— Da.

— Asta-i bine. Soțul cu ce se ocupă?

— Cu nimic.

— E parazit?!

— Nu. E inexistent. Nu sînt căsătorită.

— Asta-i rău. Dar sperăm că se rezolvă. În ce scop ați făcut acele săpături în grădină?

— În scop gospodăresc. Voiam să fixez, într-un loc mai ferit, un suport pentru bătut covoare.

— Eliminați suportul, e vulgar. Veți spune că stăteați cu soțul dumneavoastră în iarbă, el vă cînta la chitară o melodie folk, în timp ce dumneavoastră îi scrijelați numele pe pămînt cu un bețișor de fag. E mai romantic.

— Dar n-am soț. Și pe urmă, cum o să dezgrop un mamut cu ajutorul unui bețișor?

— N-are-a face. Cine credeți că e atent la asemenea amănunte? Important e rezultatul.

Eram puțin intrigată, drept pentru care am replicat:

— Exact, rezultatul contează. În cazul acesta, scrieți pur și simplu că săpînd în curte am dat, deodată, peste niște oase care m-au făcut să strig: «Sfince Sisoie!»

— Fără sfinți. Pe soțul dumneavoastră îl cheamă Sisoie?

— V-am mai spus că n-am soț.

— Nu-i nimic. O să aveți. Dacă doriți îl puteți porecli și Sisoie. Să recapitulăm: deci stăteați în iarbă și, deodată, vedeți niște oase și strigați: «Uite, Sisoie, ai descoperit un mamut!»

— Scuzați, dar descoperirea îmi aparține. Eram singură, absolut singură, cînd am dat peste...

— Nu dumneavoastră, ci soțul dumneavoastră a dat peste... Așa e mai bine.

— Dar de ce țineți neapărat să fiu căsătorită?

Funcționarul mă privi stupefiat.

— Dar pe numele cui vreți să treceți mamutul?

— Pe numele meu, firește. Eu am dat cu sapa, eu l-am văzut, eu l-am descoperit!

— O femeie?! urlă omul, sugrumat de indignare. Păi cine v-ar crede? Îmi puteți spune care este numele dumneavoastră mic?

— Filofteia.

— Poftim. Și vreți ca piesa descoperită de dv. să se numească «Filofteia din București»? Nu vă dați seama că e ridicol?

Spunînd cele de mai sus, funcționarul puse moale creionul alături de hîrtia pe care culegea datele, întocmai ca un chirurg care își așază bisturiul pe instrumentar constatînd că între timp pacientul și-a dat duhul. Adăugă:

— Îmi pare rău, dar nu vă pot ajuta cu nimic. Dacă vreți ca descoperirea să rămînă în familie, căsătoriți-vă și după aceea mai stăm de vorbă.

— Foarte bine, dar cu mamutul ce fac?

— Cum a stat zece milioane de ani acolo poate să mai stea. Nu-i nici o pagubă.

Am dat să-i răspund, dar în clipa aceea o mînă prietenoasă mă zgîlțîi de umăr și o voce de bărbat se auzi în liniștea holului:

— Îmi cer scuze că v-am făcut să așteptați. Vă rog să poftiți în birou și să-mi spuneți ce vă aduce la noi.

L-am urmat și după ce am luat loc i-am spus, puțin plictisită, că trebuie să iau totul de la capăt:

— Am descoperit un mamut!

Bărbatul sări de la birou, răsturnînd scaunul și prejudecata pe care o aveam în privința funcționarilor de la biroul de sesizări.

— Formidabil! Colosal! Unic în lume! striga omul rotind mîinile ca aripile unei mori de vînt. Vă dați seama ce moment înălțător trăim?

— Da, am șoptit cu emoție. Descoperirea unui mamut este...

— Lăsați mamutul, zise precipitat. E și el important, dar în clipa de față adevăratul eveniment despre care se va vorbi în lumea întreagă sînteți dumneavoastră.

— Eu? am sughițat de uimire. Vreți să spuneți că prezint mai mult interes decît o fosilă?

— Evident. Fosile s-au mai găsit. În schimb dumneata ești *primo* femeie din lume care a descoperit un mamut!

Mă simțeam datoare să nu-i ascund nimic. De aceea l-am informat:

— Să știți că nu sînt căsătorită, că n-am făcut săpăturile cu un bețișor de frasin, ci cu ditamai sapa și, pe lîngă toate astea, mă mai cheamă și Filofteia.

Am vrut să-i mai spun și că sînt femeie, dar omul m-a întrerupt nerăbdător:

— Astea-s fleacuri, să nu mai pierdem vremea. Duceți-vă repede acasă și așteptați televiziunea.

Acum asta fac...

RODICA TOTT

Desene de LUCIA TIMOC

— Chiar am păstrat pasturi în schemă, ca să nu se spună că noi nu promovăm femei...

DIN "CARTEA RECORDURILOR"

Recordul mondial feminin al crainicilor de radio aparține lui Mary Davis. În luna septembrie 1958, ea a vorbit neîntrerupt timp de 101 ore și 31 de minute la un post de radio din New York.

*

Anul 1900 este menționat de specialiști ca un an deosebit în materie de natalitate: în acest an în lume s-au semnalat 2 cazuri de nașteri cu cîte nouă copii, 5 cazuri cu cîte opt copii, 19 cu cîte șapte copii și 23 cu cîte șase copii.

*

Elaine Esposito din S.U.A. figurează cu un record mai puțin obișnuit. A fost operată la 15 august 1941 de apendicită, dar și-a revenit de pe urma anesteziei după... șase ani!

*

La un campionat organizat la 16 februarie 1973 la Scarborough (Anglia) între persoanele cu cele mai puternice voci, pe primul loc s-a clasat Margaret Featherstone, care a emis strigăte la nivelul de 109,7 decibeli. La bărbați, pe primul loc s-a situat Skipper Kenny Leader, care a emis strigăte ce au atins 111 decibeli.

*

Familia cu cei mai mulți copii din lume este cea a soților Raimundo și Madalena Carnauba din Ceilandia (Brazilia). Măritată la vîrsta de 13 ani, Madalena Carnauba a născut 32 de copii, dintre care 24 băieți și 8 fete.

*

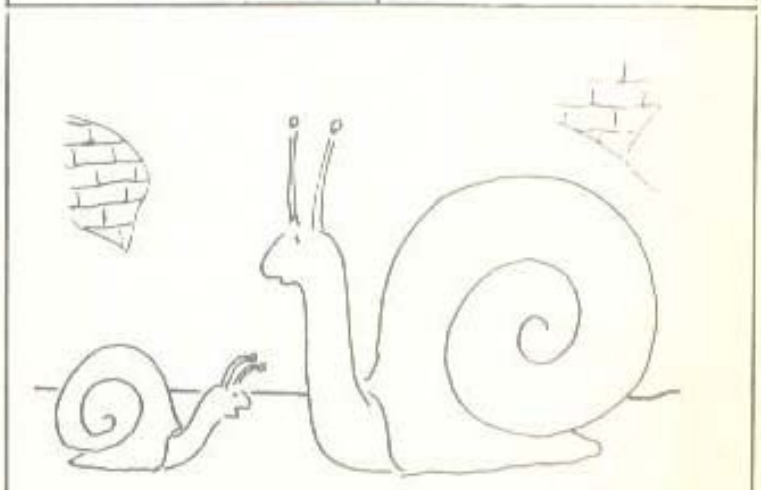
Un record vechi, din 21 octombrie 1918, aparține lui Margaret Owen din New York. Pe o mașină de scris Underwood Standard, ea a bătut în 60 de secunde 170 de cuvinte (fără nici o greșeală).

*

În iulie 1938, la spitalul St. George din Londra s-a înregistrat un caz excepțional: s-a născut o fetiță care avea 14 degete la mîini și 12 degete la picioare.

— *Drago meo, ți-am spus că ei o început!*

MODERNIZĂRI



— *Mămico, pînă am ajuns eu la școală s-au terminat lecțiile.*

Șansa

Își rugă soția să se prefacă în vulpe pentru patru zile.

— Nu văd raționea! se miră femeia.

— Ți-am spus, e un concurs. Experiența mea...

— De ce n-o faci pe-o vulpe adevărată?

— De unde s-o iau? Și-apoi o vulpe costă! îi explică savantul.

— Și cine-mi garantează că peste patru zile voi reveni la starea mea de-acum? Dacă rămîn vulpe pentru toată viața?

— Vai, zise soțul, te asigur că n-o să se întîmple una ca asta. Ce-i astăzi, luni? Te asigur că sîmbătă vei putea face piața, duminică vei găti, luni vei spăla rufele, marți plătești telefonul, miercuri te interesezi de murături, nu vreau să ne-apuce iarna fără gogoșari, joi...

— Bine, bine, poate n-ai să reușești.

— Ce anume?

— Mă gîndesc c-ar fi mai bine poate să rămîn vulpe pentru toată viața.

Procedeu

Multă vreme mi-a fost imposibil să-mi dau seama cum își întrerupe el durerile de inimă, pentru că nu se poate să nu aibă dureri de inimă de vreme ce-a dispărut, pe neașteptate, de-acasă și nu s-a mai întors nici cînd i s-a spus că băiatul s-a făcut de-un an.

Explicația mi-a dat-o un specialist:

— Fără îndoială, m-a invitat el să iau loc în fotoliu, individul deține un dispozitiv special care stimulează nervii sinusului carotidian aflat în ceafă. Acești nervi reduc, la rîndul lor, tensiunea arterială și astfe durerea încetează în cîteva minute.

— În cîteva minute? m-am mirat eu.

— Se poate și în cîteva secunde, mi-a explicat specialistul. Dar pentru asta e necesar încă un dispozitiv. Pe un cordon purtat în jurul taliei se montează o mică baterie care este conectată printr-un conductor la un emițător mic fixat pe piept.

— Și nu mai simți nimic?

— Absolut nimic.

Nu puteam să nu-l cred: specialistul însuși își părăsise familia.

Furtuna

I

Toate anotimpurile i-au fost pînă atunci niște socotitori, numărîndu-i anii și spunîndu-i, la nevoie, și cît e ceasul.

Și a venit toamna, amenințîndu-i cîmpia de sub frunte cu albul înghețului.

Ce e dragostea?

Ce e familia?

Trebuia cu orice preț să afle toate acestea. Acum, fără nici o întîrziere, cînd iarna e încă departe.

Și a ieșit repede din garsoniera lui și a colindat toate magazinele, dar nicăieri n-a găsit borcane pentru sentimente.

II

S-a mutat în altă casă și, pînă să vină camionul, și-a scos lucrurile în stradă:

un pat,
o pernă,
o masă,
un scaun,
un cuier,
un săpun,
o perie de dinți,
o perie de ghete,
o farfurie,
un cuțit,
o lingură,
un prosop,
o carte,
o pensulă,
un tablou,
un pahar.

Și două sute douăzeci de sticle goale.

Schițe de VASILE BĂRAN

PODOABE

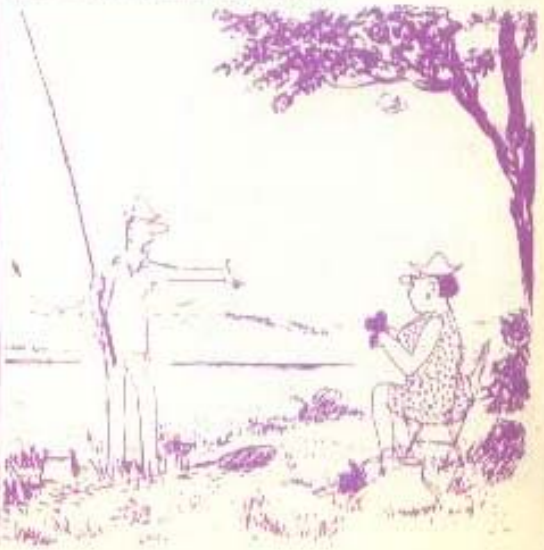
Orizontal: 1) Autor al «Pescuitorilor de perle» — Podoabă a florilor; 2) Degetul împodobit — Piatră semiprețioasă roșie; 3) Compozitor român contemporan — Piatră semiprețioasă violetă; 4) În lux! — Poetul muncitor, autor al poeziei «Valuri de mătase»; 5) Lumina feței — Nichel; 6) Orășel în Japonia — Omul iubit — Localitate în Franța; 7) Roșu (și nu numai roșu) de buze (pl.) — Subsemnatul — Nota redacției; 8) Cuib! — Nicolae Florescu — Se prinde în păr; 9) Împodobit, dar cu gust — Prefix al vieții; 10) Arhipelag (abr.) — Primă balerină a Operei române (Ileana); 11) Meșter de bijuterii — Tot de la Moldova; 12) Zeiță — La casa lor (fem. fig.).

Vertical: 1) Podoabă — Început și sfîrșit de alfabet! 2) Întreprindere bucureșteană de tacîmuri (între altele) — Atașarea unei noi perechi de gene! 3) Produs lactat — ...Kapoor, regizor indian — Unități de lucru mecanic; 4) Animale polare — Se dă cu ojă (fem.); 5) Cută! — Șal; 6) Gripe ușoare — Nume masculin; 7) Nu zic nici pîs — Țesătură lucioasă pe o singură față; 8) Rele, încurcate! — Segment (abr.) — Cureluțe de piele; 9) Iarba dracului — Oraș; 10) Și mai și... — Acesta (pop.); 11) Mona..., frumoasa — Roșu aprins; 12) Din neamul anșilor — Umbrele care se deschid... de sus în jos!

Dicționar: EDA, R/A

TOMA MICHINICI

— Eu mă ocup de pește, iar tu să fii gata, pentru orice eventualitate, să-l pozezi.



Egalitate

Iubitul meu soț,

Îți scriu pentru că nu mi-aș dori să fiu întreruptă de nici una dintre replicile tale posibile. Probabil e o lașitate, poate o stratagemă, poate amîndouă la un loc.

Îți scriu de fapt pentru că mi-e dor să mai stau de vorbă cu tine ca pe vremuri, în tihnă.

Desigur, nu trebuie să te aștepți la fraze frumoase, la cuvinte căutate, la acele expresii înaripate din primele noastre epistole. Aș vrea doar să mai schimbăm un gînd împreună, să ne mai uităm, cum s-ar spune, unul la altul, căci parcă am trăi fiecare în alt oraș. Parcă ți-ai face stagiul militar undeva într-o localitate îndepărtată din nordul țării și eu aș aștepta un cuvînt de la tine la zeci de kilometri distanță. Vezi tu, aș mai avea și eu cîte ceva de spus despre camaraderia noastră plină de dragoste, despre amiciția noastră, cam tăcută în ultima vreme, care se desfășoară sub același acoperiș.

Diminețile noastre încep cu nenumăratele gesturi mecanice ale omului modern, cu nenumăratele întoarceri de butoane care ne pun la îndemînă comoditățile de care, slavă Domnului, ne bucurăm din plin.

— Trebuie să recunoști, nevestico, că de mult nu ne-am mai distrat ca de revelionul ăsta!!!

Prima întoarcere a butonului de radio. Prima invazie a lumii din afară... Ascultăm împreună cele dintîi buletine de știri ale zilei — vor fi nenumărate pînă diseară —, care ne asaltează cu stresurile lor. Am apucat să ne vedem? Ne-am spus bună dimineața? Știm ce urmează să se întîmple cu noi astăzi? Dar de ce s-ar întîmpla altceva decît ieri. Amîndoi sîntem preocupați, oameni activi, cu răspunderi, cu probleme... Încă o răpire în Italia, încă un ultimatum în Orientul Mijlociu, încă o deturnare de avion... Bine că m-am uitat la tine... Plecai cu puloverul pe dos!... Ce-ar fi dacă în drumul către casă ai trece pe la piață? Foarte bine, răspunzi, scrie pe listă ce-ți trebuie... Uită-te la ce cumperi! Nu-ți uita banii! Capul l-ai luat cu tine? Privire tandră. Și mîngîi părul răzvrătit... Sărut fulger... Plecări precipitate. Două plecări precipitate.

Desigur, fiecare avem autobuzele noastre, așteptările noastre, mica noastră portie de nervi. Doar că eu văd în ele pitorescul de-o clipă, tipurile umane, imaginez biografii, creionez mici schițe sugerate de personaje. Particip. Tu, dragul meu aiurit, nu simți decît zdruncinăturile și auzi vag niște zgomote care seamănă parcă a scandal. Tu, introvertit și cu capul în nori cum ești, poți să te gîndești liniștit, în mijlocul vacarmului, la cine știe ce experiment care îți va duce mai departe lucrarea începută. Te invidiez.

Schițele mele de roman, începute sub auspicii atît de bune, în mijlocul aglomerației pitorești sînt întrerupte brusc de un gînd sfredelitor: piper, trebuie să iau piper pentru murături! Un prim bruiaj de care tu ești scutit prin forța lucrurilor, căci tu ți-ai rezolvat în chipul cel mai liniștitor mica ta răspundere gospodărească prin lista de cumpărături care stă cuminte în buzunarul de la vestă. Numai de n-ai pierde-o!... S-a mai întîmplat! Cu capacitatea ta remarcabilă de abstractizare tu reușești să te ridici deasupra acestor preocupări concrete, poți să-ți dezvolți nestingherit ideile care te frămîntă. Eu trebuie să fiu mai *terre à terre*, să țin pregătite lesturile spre a ajuta balonașului meu zburător să coboare de cîte ori o cere viața noastră în doi.

Știi, de cîteva săptămîni s-a conturat cu multă claritate subiectul unei schițe pe care vreau s-o scriu. Totul este limpede: acțiune, personaje, conflict. Am sub ochi cele mai neînsemnate expresii pe care le împrumută mimica personajului principal în momentele-cheie ale acțiunii. Sînt foarte fericită, căci pîndesc de mult momentul acesta și — culmea — totul s-a clarificat tocmai cînd izbutisem să isprăvesc, în sfîrșit, de curățat vișinele acelea atît de nesuferite pentru dulceața ta preferată. Răsplată a altruismului meu! Vremea recuperărilor!

Vezi tu, pînă acum am lucrat întretăiat, fără continuitate, fără acel «egoism necesar» pe care îl predezi atît de vehement. De cele mai multe ori, lucrul meu a fost un fel de activitate anexă, un fel de stație facultativă la care autobuzul poate sau nu să oprească. Dar schița aceasta nu se poate scrie în orele «libere», în antractul dintre un sos și o maioneză: ea mă va reclama total, o simt. Îmi va cere categoric cîteva după-amieze întregi, cîteva nopți lungi. Cred că este cinstit din partea mea să te anunț, din vreme, căci după ce mă voi apuca de lucru nu voi fi în stare să dau explicații. Știu că tributul pe care mi-l cere schița aceasta atît de imperioasă este o totală izolare și desprindere, chiar dacă va fi nedreptățită budinca de orez care îți place atît de mult sau cămașa ta preferată, pe care n-o porți mai mult de două zile. Deci, scumpul meu

Fără cuvinte

soț, trebuie să mă pregătesc pentru o lungă claustrare, pentru închiderea între ziduri, pentru ridicarea punților.

— Și eu? vei întreba? Și Eu?

Uite, pentru majuscula aceasta ne vom certa! O simt. Străvechiul tic de stăpîn, anacronic astăzi...

Ții minte ultimul nostru drum în Făgăraș? Urcușurile, prăpastiile, clipele de panică, neputințele învinse. Îmi spuneai mereu «voinicul meu tovarăș de drum!». Am trăit atunci un bun, un cald moment de egalitate, o etapă grea, un efort învins în doi, o dublă singurătate, care ne-a unit mai mult decît zilele lungi de conviețuire. Este, desigur, obolul pe care îl pretind marile performanțe, scumpul meu ambițios!

Să reeditâm astăzi acest moment frumos al vieții noastre în doi. Lupta mea va fi mai grea, desigur, mult mai grea decît a ta, căci tu ai exercițiul de fiecare zi. Lupta mea e o luptă mai întîrziată. Am nevoie să recuperez o îndelungată lipsă de antrenament. Dar trebuie să fii de acord cu mine că se impune să depășesc acest stadiu. După aceea ne va fi mai ușor la amîndoi. Mult mai ușor.

Tu nu vei avea altceva de făcut decît să mă afli de pe unde mă vei fi lăsat, pe vremea cînd, cu o vinovată grabă, recunosc, mi-am asumat mai multe răspunderi decît puteam duce. Am o vagă impresie că momentul coincide cu clipa cînd tu ai început să plutești nestingherit în sferele tale abstracte, uitînd de faptele mărunte ale existenței noastre, de care eu — cu vinovată imprudență — încetasem să-ți mai aduc aminte. Tu n-ai nici o vină. Am ajuns aici cu prima renunțare, cu primul sacrificiu pe care nu mi-l ceruse nimeni.

Există în fiecare femeie un samaritean de care trebuie să ne ferim cu grijă, căci ne poate juca, vezi bine, asemenea feste. Și nu s-au găsit încă resorturile care să-l facă pe un om să protesteze împotriva unor menajamente. Nu le-ai găsit nici tu, e foarte firesc. Și ne-am trezit deodată inegali, din vina mea. Numai și numai din vina mea.

Va trebui să-mi ispășesc vinovăția. Va trebui să devenim egali, și lucrul acesta nu este posibil decît dacă vom trăi fiecare experiențele celuilalt, *toate* experiențele celuilalt. Eu îți promit o neprecupețită colaborare, iar tu vei fi pentru schițele mele cititorul sever de care am nevoie. Să nu-ți închipui că pretind vreo schimbare de roluri. Ar fi absurd! Doar că împovărîndu-ne împreună cu treburile casei, vom ajunge mai repede, tot împreună, la mesele noastre de scris. Ce vrei mai frumoasă egalitate, mai splendid dialog între două ființe egale care se iubesc. Vom avea probabil sentimentul că ne-am reîntîlnit, că ne-am revăzut după vreme îndelungată, căci, așa cum îți spuneam la început, am mereu impresia că ești undeva departe și că, pentru a conversa cu tine, va trebui să mă înarmez cu hîrtie și creion... Da, totul va fi altfel atunci cînd amîndoi vom ști, pe propria noastră piele, tot ce se întîmplă cu celălalt.

Aștept deci să te revăd cu adevărat mîine, la prima oră a stereotipiilor matinale, cînd vom pregăti împreună micul nostru dejun, ce mă va face cu zece minute mai liberă și mai stăpînă pe timpul meu și cu o sută de ore mai aproape de tine și de lupta ta cu himerele, pe care o înțeleg și după care jinduiesc.

Cu dragoste,
Soția ta, camarad care te iubește

Pt. conf.
MARIANA CEAUȘU

— Nu-nțeleg ce-oi fi făcut tu nevastă toată ziua, că iar ai uitat să-mi cumperi țigări!!!

— Nu pricep! După ce că-ți car umbrela, mai faci și nazuri!!!

Desene de ADRIAN ANDRONIC

Puterea exemplului

INDISCREȚIA OBIECTIVULUI

VRĂJITOARELE DIN SALEM N-AU MINȚIT

Să ne reamintim, arestările au început în februarie, iar în luna iunie închisorile din colonia britanică Massachusetts erau pline de acuzați în așteptarea procesului. În septembrie au fost spînzurate 19 persoane. Astfel s-a încheiat, în vara anului 1692, celebrul proces al «vrăjitoarelor din Salem».

Totul a început, după cum se știe, în decembrie 1691, cînd opt fete s-au îmbolnăvit de «tulburări mintale», manifestate prin gesticulări dezordonate, vorbire incoerentă, convulsii, ceea ce a alarmat locuitorii. Diagnosticul medicilor locali: vrăjitorie. Fetele au aruncat vina pe concetățeni, că le-ar fi «otrăvit».

Istoricii au studiat toate documentele procesului desfășurat în plin ev mediu. Iar soluțiile avansate de ei sînt și ele numeroase: isterie clinică în masă, halucinații colective sau... efect psihodinamic freudian. Unii au avansat și ipoteza unui complot pentru a pune mîna pe putere în întreaga colonie. Recent însă, dr. Linda Caporal, de la Universitatea Santa Barbara, din California, specialistă în biochimie, a precizat că vrăjitoarele din Salem au fost victimele unui «cloviceps purpurea» (în traducere din latină — corn de secară). Renumită pentru efectele sale otrăvitoare, această ciupercă a secarei, pătrunzînd prin făină în corpul omenesc, produce simptomul cunoscut de medici sub numele de «convulsii rele».

Și astfel, după 286 de ani de la spînzurare... «vrăjitoarelor din Salem» li s-a făcut dreptate...

SIAMEZI

Doi frați gemeni nigerieni de 16 luni, Hassa și Housseni, sudați în zona bazinului, au suportat cu succes o operație de separare efectuată de doctorul Denys Pellerin de la Spitalul de copii din Paris. *(În foto 1:* cei doi micuți siamezi înainte de operație. *În foto 2:* doctorul operant împreună cu unul din cei doi gemeni, după operația de separare).

DIN „MUZEUL SCLAVULUI"

În apropiere de Luanda, se află «Muzeul sclavului» — omagiu adus victimelor opresiunii coloniale, ale exploatării popoarelor africane și ale comerțului cu sclavi.

În foto: obiecte din fildeș expuse în acest muzeu — reale mărturii ale nivelului cultural al triburilor din Angola.

test sentimental

— Bună seara, tovarășe cumpărător!

— Bună seara, tovarășă vînzătoare! Aș vrea să fac cuiva un cadou de revelion. Ceva util și practic. Pentru o gospodină...

— Aspiratorul «Practic» e ideal! Și aspiratorul «ideal» e practic!

— Știu eu?!

— Sau o mașină de spălat, de mare capacitate.

— Spală oricît?

— «Alba-lux» 7 spală maldăre.

— Maldăre de ce?

— De rufe murdare.

— Ei, bravo! Nici n-am cumpărat cadoul și dumneata mă și stigmatizezi: ăsta-i unul cu maldăre de rufe murdare.

— Mă refeream la mașină... că e încăpătoare, că spală oricît, că nu obosește ca un om, ca soția dumneavoastră...

— Eu nu-s însurat!

— Atunci ca persoana pentru care cumpărați cadoul.

— Pe asta de unde ai mai scos-o? De unde știi dumneata că obosește repede? Poate că e voinică, poate că nu obosește deloc, poate că e gospodină și-i place să muncească...

— Tocmai. Și dumneavoastră vreți s-o menajați, să n-o mai lăsați să muncească ca o roabă...

— Poate.

— În felul ăsta o să aibă și dînsa mai mult timp liber...

— Timp liber!! Pentru ce? Să se plimbe toată ziua, să vadă toate filmele la matineu, să găsească vreun crai să-i sucească mintea, să fugă cu el în lume, la Caracal, să rămîn eu singur-singurel, fără iubirea ei, fără o mîncărică de praz cu măsline, fără o cămașă curată și-un ciorap cîrpit... Bravo, tovarășă vînzătoare! Adică de asta ești mata aici, pe schemă, cu leafă în regulă, poate mai iei și primă... iei și primă?

— Dacă-mi fac planul și dacă n-am reclamații de la clienți, să știți că iau!

— Și asta, de ce? Ca să strici casele oamenilor...

— M-ați înțeles greșit, stimate cumpărător... Eu m-am referit la faptul că dacă dînsa o să aibă mai mult timp liber, o să se ocupe mai mult de dumneavoastră.

— Asta ar mai lipsi! Profiți de faptul că-s burlac și crezi că nu știu eu cum e cînd se ocupă nevasta mai mult de tine?! Ei, află că știu! Nu e zi să nu-ți dea zeci de telefoane, și să nu te întrebe fel de fel de chestii: cine-i aia blondă de la secția unu, dar aia roșcată de la comercial, cîte femei necăsătorite sînt la tine în birou, de ce nu se dau chenzinele săptămînal și beneficiul anual în fiecare lună, de ce țin ședințele pînă la miezul nopții și cînd vii de acolo mirosi a mentosan și pătrunjel?... Ei, bravo, să mi-o fac cu mîna mea și cu mașina asta pe care te străduiești dumneata să mi-o bagi pe gît, ca să-ți faci planul și să iei primă... Baterii aveți?

— Nu ținem. Încercați la electrice.

— Nu din alea.

— Atunci la muzicale.

— Nici din alea. Baterii-baterii, cu Murfatlar. Să-mi clăcesc sufletul, că mi l-ai înnegrit cu mașina asta de spălat.

— Ia ascultă, tovarășe cumpărător, de unde ești mata? De la Urzica, de la Reflector, de la Unda veselă, de la Satira și umorul, de la Inspecția comercială sau de la Controlul obștesc? De unde ești și ce vrei de la sufletul meu?

— Asta vreau, tovarășă Popescu... Popescu și mai cum, că nu se vede pe ecusonul ăla?

— Ecaterina.

— Asta vreau, Cati, Catrinel, Cateluța, sufletul matale îl vreau. Vreau să mă însor cu o fată din comerț, că numai acolo găsești femei calme, amabile, muncitoare, harnice... Te-am testat, Cati dragă, și corespunzi mie la sută! Spune-mi, iubito, vrei să-ți ia băiatul o mașină de spălat «Alba-lux» 7, cadou de revelionul ăsta pe care o să-l facem împreună?

VIOREL BURLACU

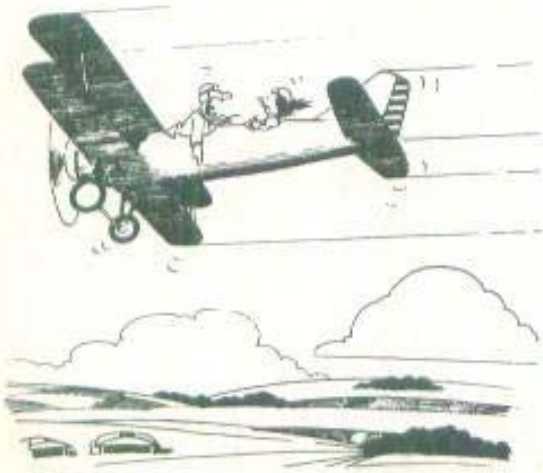
CULINARĂ

Orizontal: 1) Scriitor francez în al cărui roman «Gargantua» întîlnim zicala «Pofta de mîncare vine mîncînd» — Pui... de rîs. 2) Pictor român, autorul cabloului «Țigănuși la mămăligă» — Un om tare lacom. 3) Pastă de ficat cu condimente — Ne servește cu carne și ouă. 4) Aromat pe jumătate! — Rada Marinescu — Pune borș la început și la sfîrșit. 5) Taie în carne vie — Oală de fier. 6) Subsemnatul — Celebru orator roman, autorul maximei «Foame e aroma bucatelor». 7) Cu ochi preparat de un vînător — A scoate din pepeni. 8) Usturoiac — Orășel în Norvegia — Pus la plocon! 9) Clătită cu apă — Demnitar arab. 10) Nu calcă-n strîchini — A roade. 11) Ne fac pîine caldă — Bate frișca.

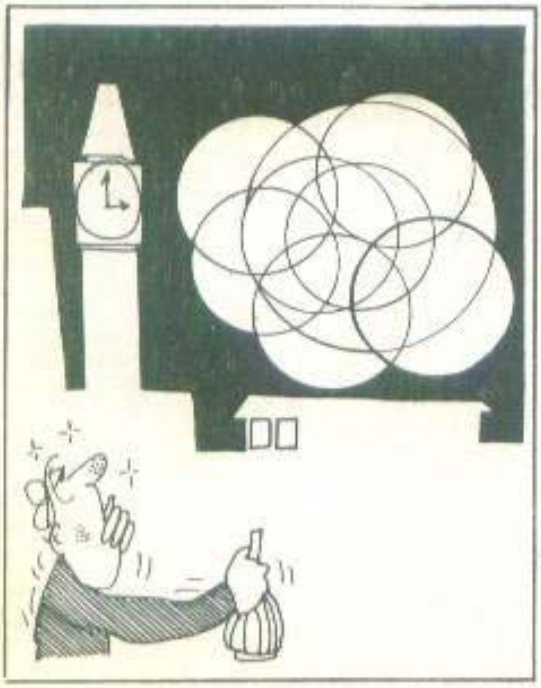
Vertical: 1) Tare lacom — Popor din vestul Asiei. 2) Gust neplăcut — Au o slăbiciune pentru pui... fără mujdei — Către! 3) Carne de pește sărată și afumată — Personaj din mitologia greco-romană care, spre a se răzbuna, își ospătează fratele cu carnea fiilor acestuia. 4) Te servește cu... somn! — Document — Produs din lapte. 5) Mari amatori de miere — Boală la vite. 6) În pahar! — Merge moara. 7) Rîu în U.R.S.S. — Fructe... mălăiețe — Se folosește la prepararea mujdeiului (pop.). 8) Parcă n-ar mînca deloc — Un alt peisor... de rîs. 9) Un fel de biscuit cu ouă și zahăr — La șah. 10) Oferea, odinioară, de mîncare — În tolba vînătorului. 11) Comedie a celebrului dramaturg francez Molière în care întîlnim expresia «Trebuie să mănînci pentru a trăi, și nu să trăiești pentru a mînca» — Din gură în gură.

Dicționar: CEU, ANES, AFTA, IUG.

— Nu pricep?! Privește ce autostradă frumoasă. De ce nu mai circulă nici o altă mașină?



— Dacă nu-ți place cum conduc, ești liberă să cobori. Imediat!



DE DRAGOSTE

Orizontal: 1) Logodnici — Tînăr frumos, iubit de zeița frumuseții, Afrodita. 2) Iubită — Eroină a unui celebru roman de Tolstoi care, nefericită în dragoste, se aruncă sub roțile unui tren. 3) Celebru compozitor austriac, autor al operei «Nunta lui Figaro» — Semn de mare prețuire. 4) Dragostea ei pentru frumosul Paris a generat războiul troian — Reversul dragostei (pl.). 5) Ultimul... îndrăgostit! — Pecetluiesc un sărut — Pete! 6) Zeul dragostei — Minutele așteptării cînd e vorba de... dragoste. 7) Două... rude! — Ion... negativ — Lege! 8) Cuvîntul de despărțire — Tunde! — Țărișoară în vechea Franță. 9) Se aprinde repede — Semne de mare emoție. 10) Felicitări — Nefericitul iubit al Julietei. 11) La vîrsta dragostei (fem. sing.) — Comună în Franța.

Vertical: 1) Cele mai iubite femei — Iubit. 2) Simboluri ale unor iubiri — Stropiri. 3) Element decorativ în formă de rozătă — Rîu în U.R.S.S. 4) Țară asiatică — Oraș în Africa Ecuatorială — Plin... de foc. 5) Scriitor francez, autor al romanelor «Frumoasele cartiere», «Săptămîna patimilor» etc. — Iță; 6) Fruct din Antile — După La Bruyére (în «Caractere») o astfel de femeie «nu poate inspira decît o bucurie nebună» (masc. pl.). 7) Afirmație la... Scarea civilă — Semne de ură! — Ființă iubită. 8) Gigant mitologic care, îndrăgostindu-se de zeița Artemis, a fost transformat în constelație — Supus unei mari pasiuni. 9) Cîntec pentru odorul din leagăn — Iubita poetului Rodolfo din opera «Boema» de Puccini. 10) Mică planetă — Cel mai mare fotbalist al lumii, care, în momentul retragerii sale, a rugat spectatorii să pronunțe împreună cu el de trei ori cuvîntul «dragoste» — Dînsa. 11) Manifestare de dragoste — Invidios... în dragoste.

Dicționar: MEE, BIAS, IZAN, MAO, ATT, INO.

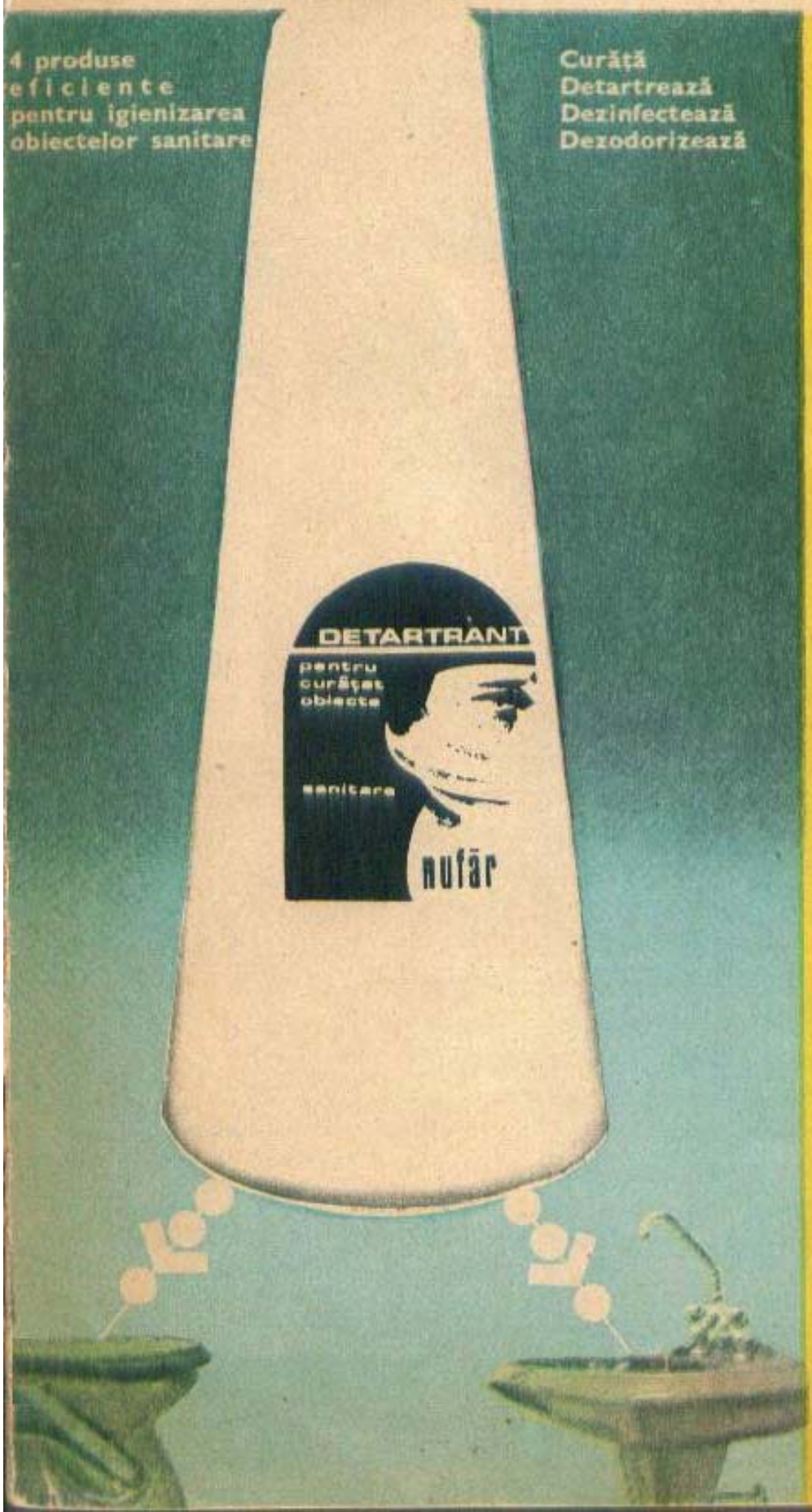
CÎTE?

Ieșind de la o petrecere prelungită, cetățeanul nostru s-a mirat văzînd nenumărate lumi pe cer. Să încercăm să-l ajutăm să precizeze cîte... cercuri sînt în realitate...

O CURĂȚENIE DESĂVÎRȘITĂ CU MINIMUM DE EFORT!

4 produse eficiente pentru igienizarea obiectelor sanitare

Curăță
Detartrează
Dezinfectează
Dezodorizează



NUFĂR — 4 produse eficiente pentru menținerea obiectelor sanitare într-o stare de igienă perfectă; ● **NUFĂR**-spray (180 g), absoarbe mirosurile specifice și dezinfectează instantaneu. Costă 20,20 lei. ● **NUFĂR** detartrant (îndepărtează piatra depusă pe obiectele sanitare din faianță. (Costă 5,75 lei flaconul de 500 g) ● **NUFĂR** dezinfectant și dezodorizant care se introduce în rezervoarele de apă. Două tablete (60 g/buc.), îmbrăcate în carcasă cu cîrlig de fixare, costă 7,65 lei ● **NUFĂR** dezinfectant cu miros de brad sau lămîiță. Două batoane, îmbrăcate în carcasă cu cîrlig de fixare, costă 8,40 lei.

În unitățile comerciale specializate, precum și la raioanele respective ale magazinelor universale veți mai găsi încă un produs, cu același nume, care curăță, dezinfectează și dezodorizează gălețile de gunoi.

Cumpărați produsele **NUFĂR** din magazinele comerțului de stat.

Și dv. puteți fi posesorul unei polițe de asigurare, contractînd una sau mai multe din următoarele forme de asigurare:

— mixtă de viață;

— familială mixtă de viață;

— mixtă de viață și suplimentară de accidente;

— mixtă de viață cu pensie pentru urmași.

Oricare din aceste asigurări vă oferă avantaje sporite:

— protecție împotriva urmărilor unor evenimente neprevăzute asigurate;

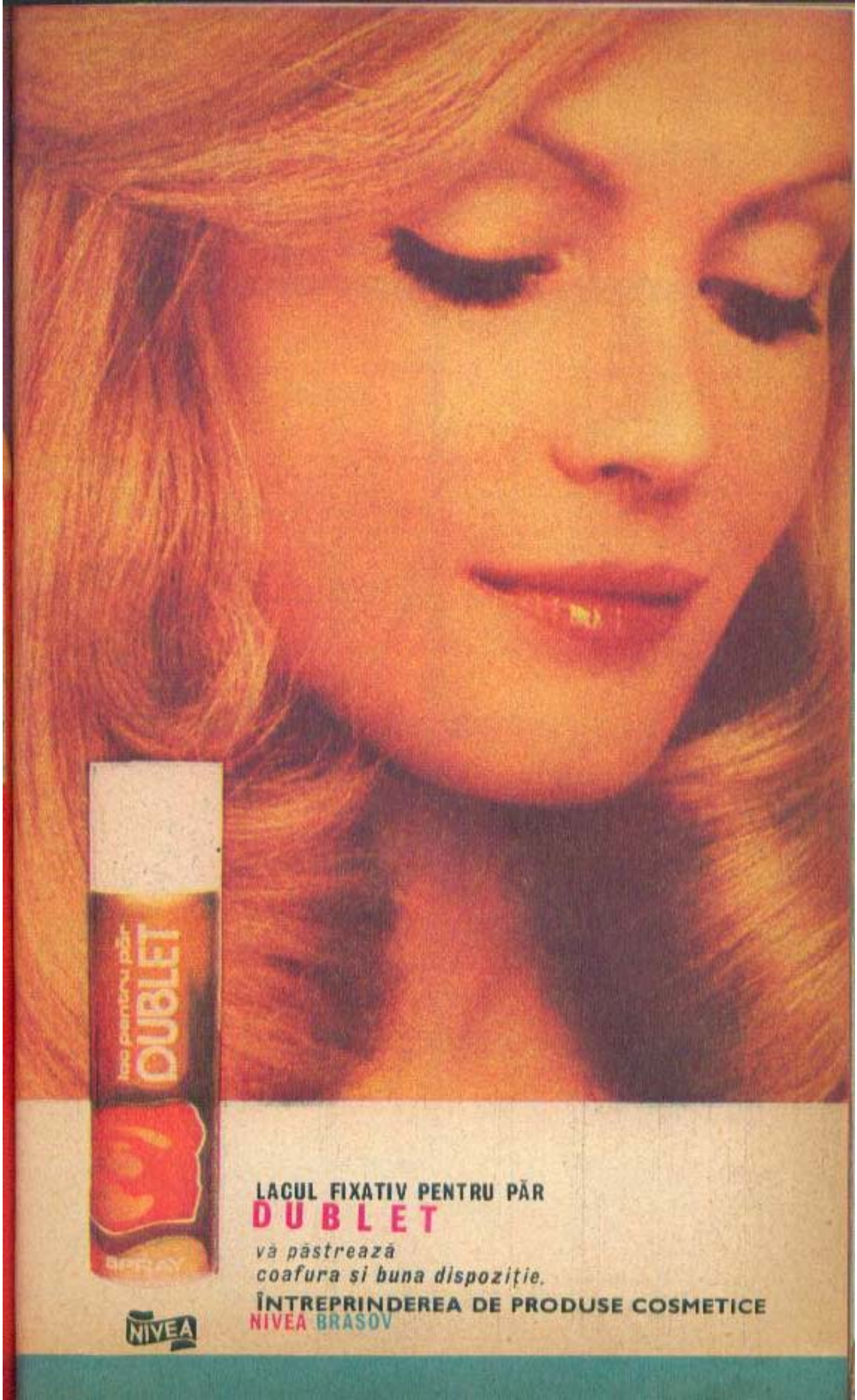
— economii planificate;

— dreptul de participare la tragerile de amortizare.

NU UITAȚI!

«NIMIC NU TREBUIE SĂ RĂMÎNĂ NEPREVĂZUT»

Pentru relații suplimentare și pentru contractarea de asigurări, vă recomandăm să vă adresați responsabililor cu asigurările din unitățile socialiste, agenților și inspectorilor de asigurare sau, direct, oricărei unități ADAS.



LACUL FIXATIV PENTRU PĂR

DUBLET

vă păstrează
coafura și buna dispoziție.

ÎNTREPRINDEREA DE PRODUSE COSMETICE
NIVEA BRAȘOV

NIVEA

În atenția dumneavoastră, stimate cititoare:

O ECONOMISIRE AVANTAJOASĂ ȘI RAȚIONALĂ PRIN

CEC

DORIȚI CA ECONOMIILE DUMNEAVOASTRĂ SĂ SPOREASCĂ PRIN DOBÎNZI?

Vă stau la dispoziție: libretul de economii cu dobîndă **(la care se acordă o dobîndă de 3,5 la sută pe an pentru depunerile «la vedere» sau de 5 la sută pentru depunerile «pe termen»)**; libretul de economii pentru cumpărarea de locuințe proprietate personală **(dobînda este de 5 la sută pe an)** sau contul personal **(dobîndă 2 la sută pe an și posibilitatea de a efectua plăți periodice sau ocazionale către diferite unități prestatoare de servicii, comerciale etc.).**

DORIȚI SĂ BENEFICIAȚI ATÎT DE DOBÎNZI CÎT ȘI DE CÎȘTIGURI?

Iată un sfat util: economisiți pe libretul de economii cu dobîndă și cîștiguri **(la care se acordă cîștiguri în obiecte cu valori pînă la 50 000 de lei)**; libretul de economii cu dobîndă și cîștiguri în autoturisme sau libretul de economii pentru turism **(la care se acordă, prin trageri la sorți, excursii în străinătate).**

PREFERAȚI ALTE AVANTAJE,

ca, de exemplu, sporirea economiilor depuse la C.E.C. prin cîștiguri în bani? Vă sugerăm să utilizați libretul de economii cu cîștiguri, libretul de economii cu cîștiguri în materiale de construcții **sau** libretul de economii pentru construirea de locuințe. **La sumele depuse pe fiecare din aceste librete se acordă cîștiguri în bani prin trageri la sorți trimestriale. De asemenea și la depunerile pe** obligațiuni C.E.C. **se acordă cîștiguri în bani, prin trageri la sorți lunare.**

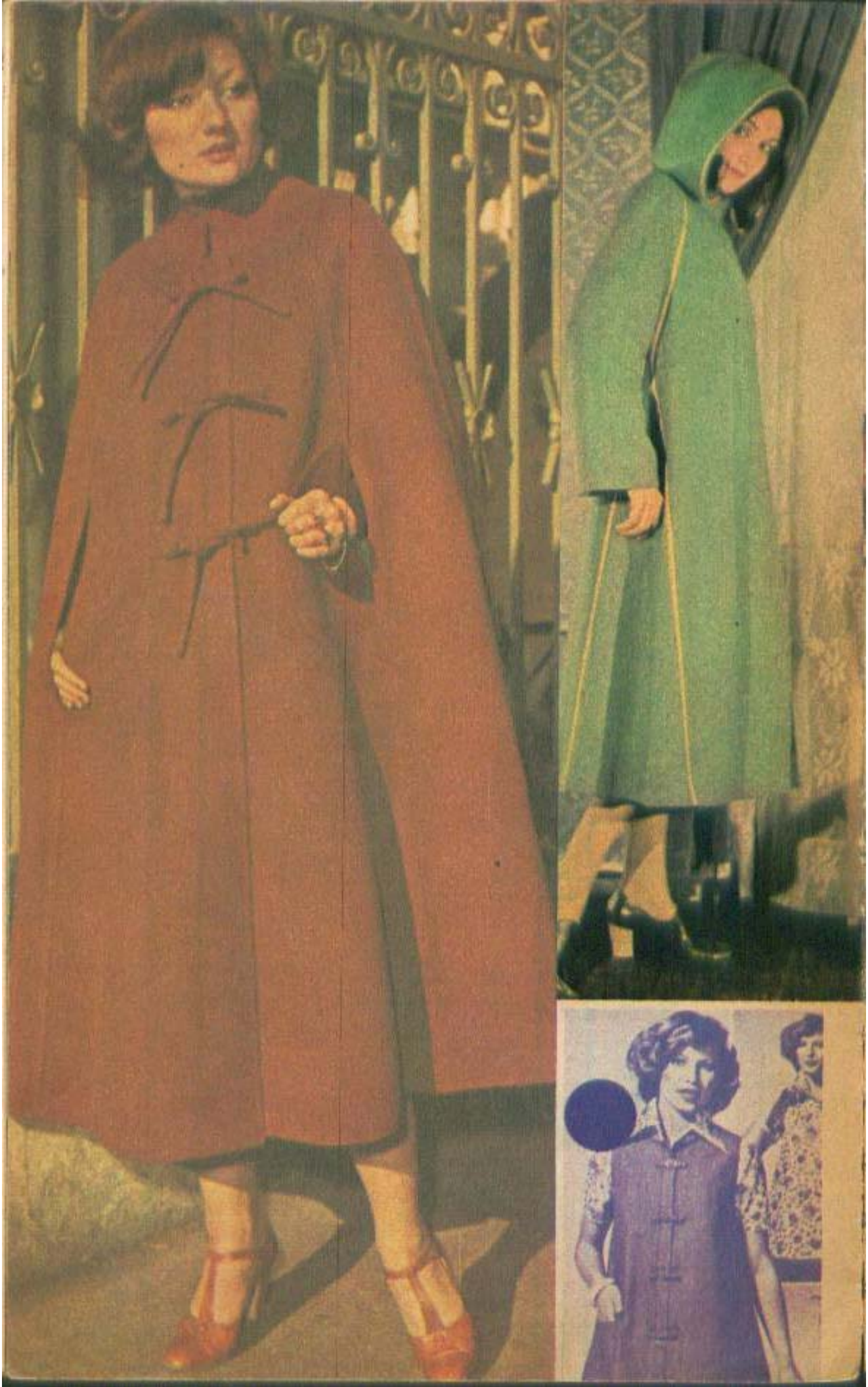
PENTRU COPIII DUMNEAVOASTRĂ, PREȘCOLARI SAU ELEVI,

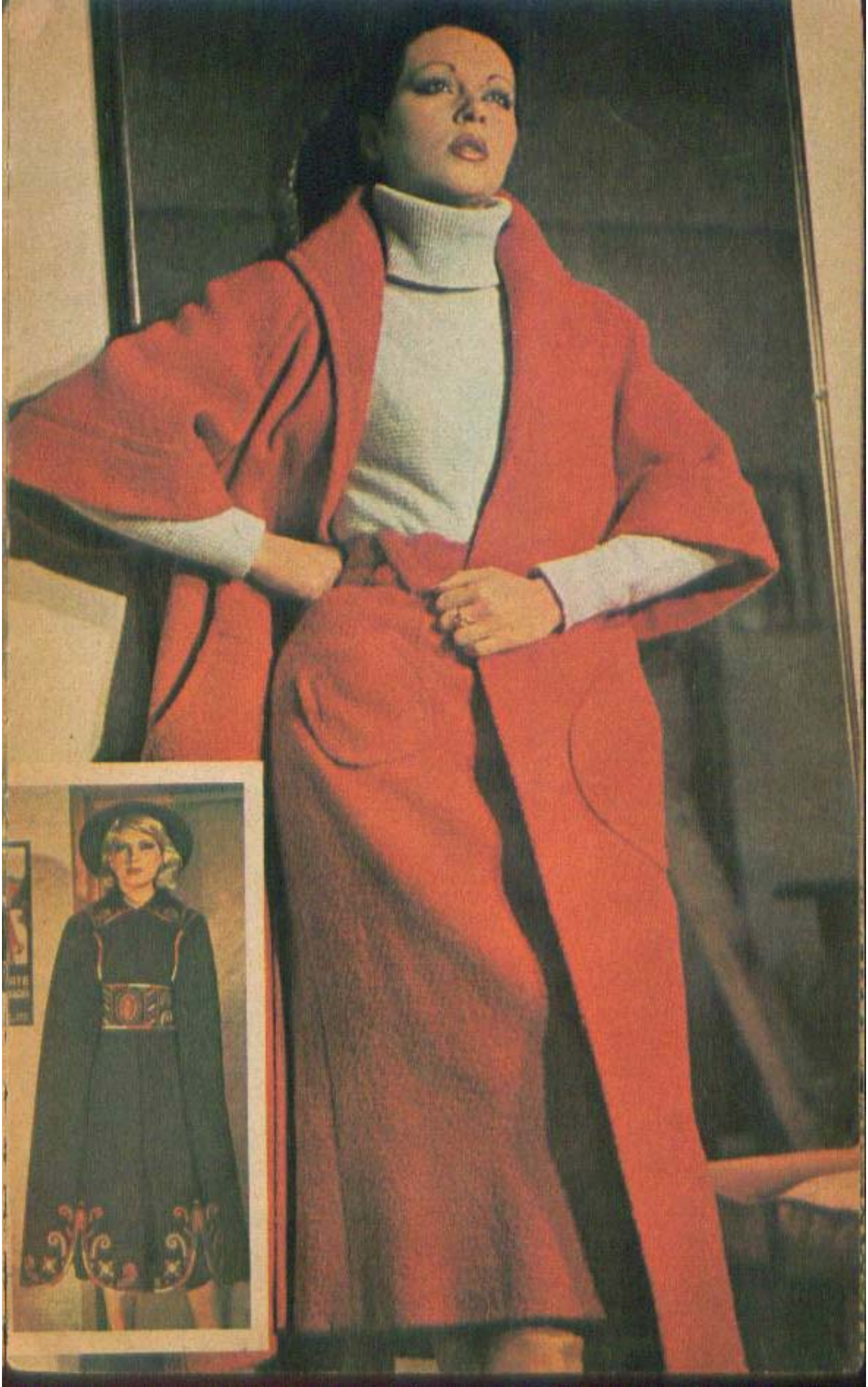
CASA DE ECONOMII ȘI CONSEMNAȚIUNI pune la dispoziție foaia cu timbre de economii și cecuri de **economii școlare.**

Iată, așadar, stimate cititoare, cît de variate sînt instrumentele de economisire la C.E.C. Rămîne doar ca dumneavoastră să-l alegeți pe cel care corespunde cel mai bine intereselor și preferințelor personale.

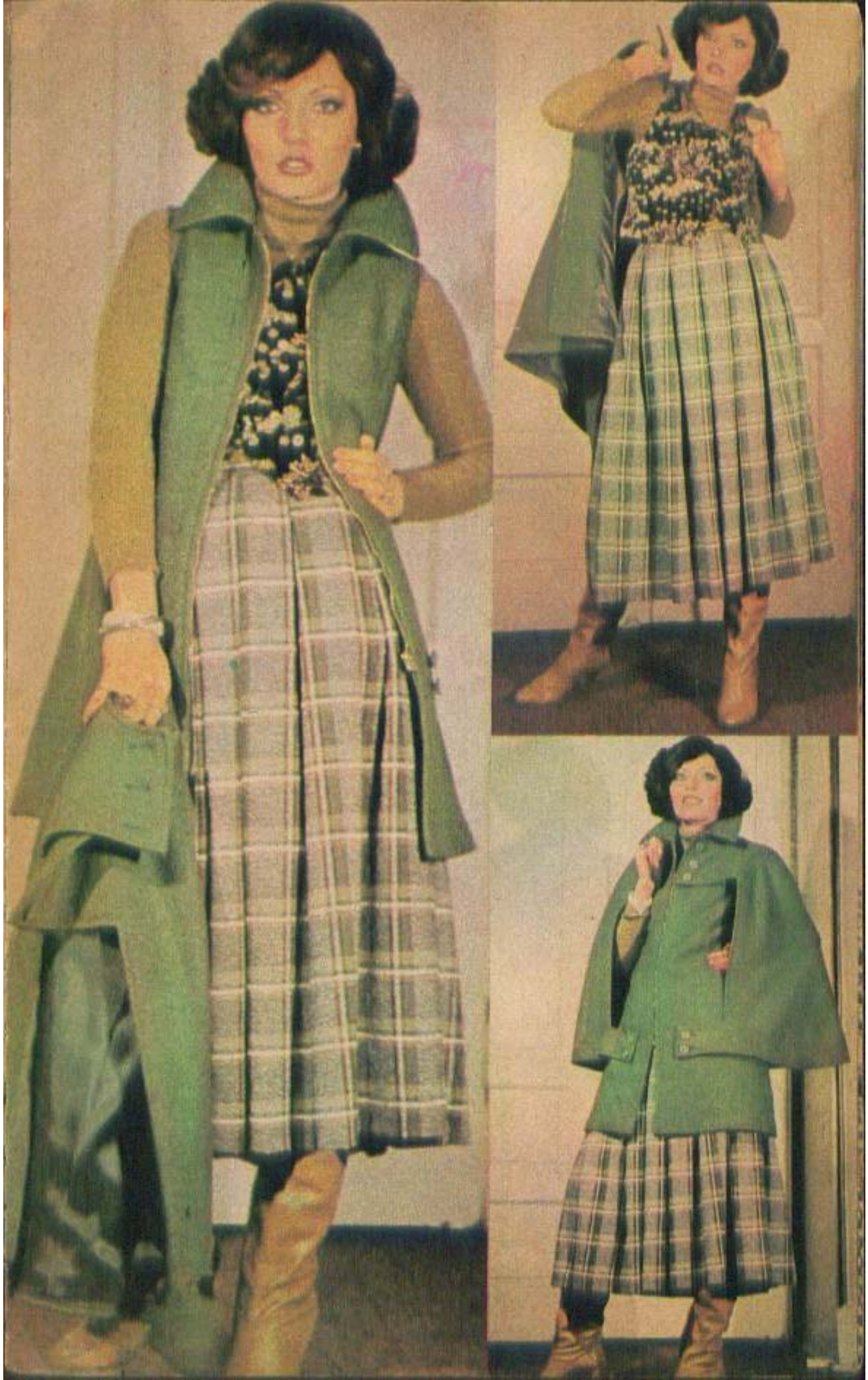
MODA

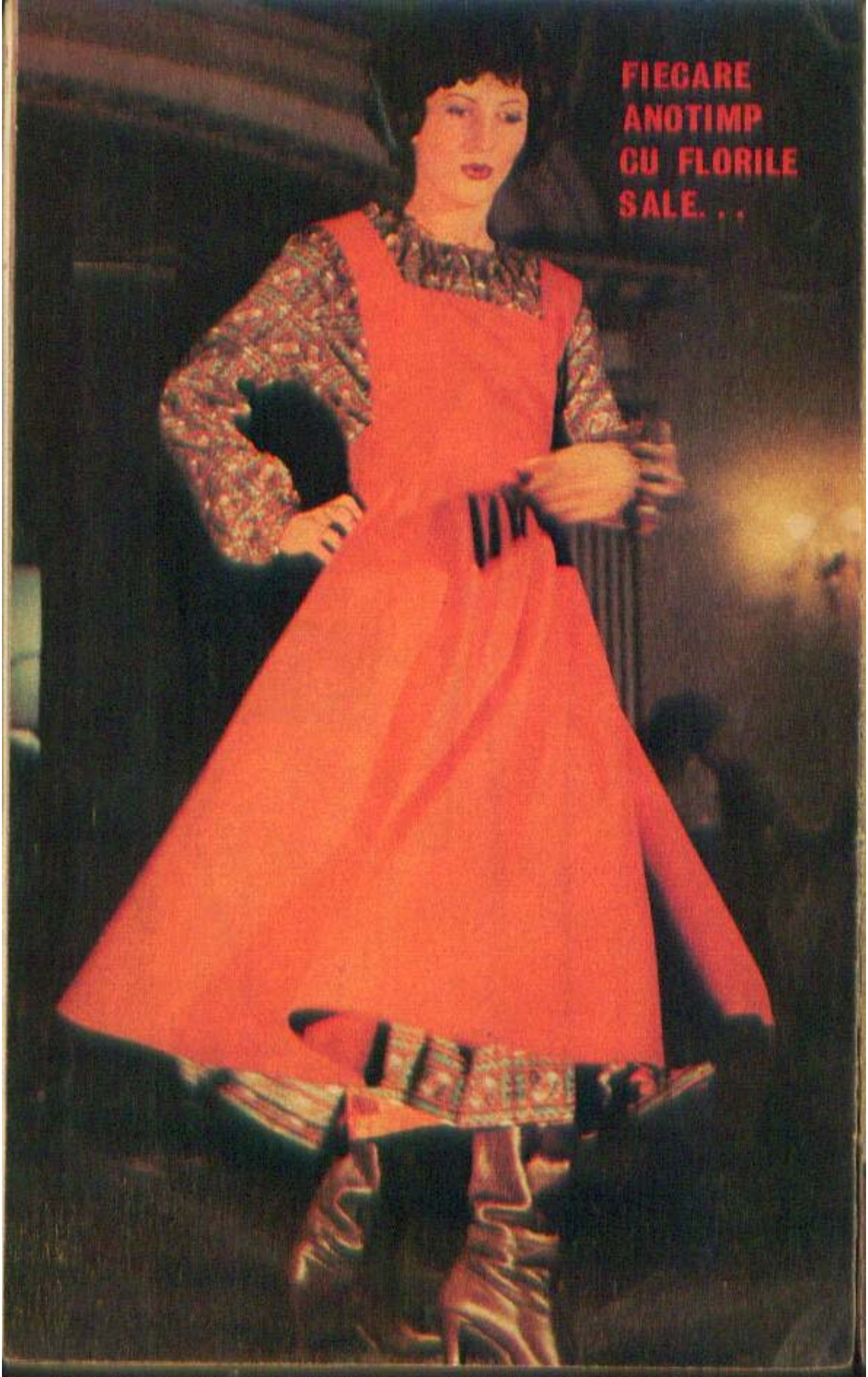
În ediția 1979, Almanahul «FEMEIA» vă prezintă creații ale Casei de modă a Ministerului Industriei Ușoare, Centrului de creație al UCECOM, precum și ale unor case de modă de peste hotare.





Țesături de mătase în cele mai moderne și agreabile desene și culori, din fire de mătase naturală și fire sintetice, pentru rochii și bluze, găsiți, într-un bogat sortiment, la toate magazinele și raioanele specializate ale COMERȚULUI DE STAT.




FIECARE
ANOTIMP
CU FLORILE
SALE...

...FIECARE SEZON CU MODELELE LUI DE ÎMBRĂCĂMINTE!

În minimum de timp, cu maximă exigență, vă puteți procura de la magazinele și raioanele specializate ale COMERȚULUI DE STAT cele mai frumoase și moderne confecții, realizate cu mult gust, din materiale de calitate, care satisfac cele mai diverse cerințe.
Rețineți: practice, elegante, moderne CONFECȚIILE!

CTII INSPIRAT
ETA POPULAR

MODA '79–PRACTICĂ ȘI MULTIFUNCȚIONALĂ

Să ne imaginăm că vizităm un muzeu al costumului, oprindu-ne, firește, la compartimentul rezervat anului care n-a început încă... O primă ochire și e frapantă atmosfera aceea căreia, în ultimii ani, i-am zis pe scurt «retro», pentru că ideile îi sînt culese din tot ce-au imaginat creatorii de modele nu numai în cele 7 decenii ale secolului, ci chiar cu mult mai în urmă! Căci linia comodă, a veșmîntului lordului Raglan (1788—1855 n.n.), rămîne dominantă în croiala mantoului, rochiei sau jachetei; pălăriile și gențile sînt leit cele din '30, după cum taioarele par copiate chiar din «Vogue» 1924...

În acest amalgam există însă o logică, se *observă efortul de a alege și păstra ceea ce s-a creat mai practic, mai comod, mai conform cu personalitatea femeii acestui secol!* Mai mult, și în acest an, reținem intenția lăudabilă a creatorilor de modă de a contura o modă cu adevărat multifuncțională. Ideea *compleului*, a unor piese cu linia clasică, care să devină o bază pentru a crea o adevărată garderobă, cu care să te îmbraci la toate orele și în toate împrejurările, merită să fie reținută nu numai ca meritorie pentru creatori, ci ca un punct de plecare pentru fiecare femeie care se vrea bine îmbrăcată, fără a face o risipă inutilă...

Dar atenție la culorile și imprimeurile bluzelor, vestelor, jachetelor, șalurilor...

E de mirare într-un fel noua optică a stiliștilor, căci numai vara trecută încercau să ne convingă a purta rochii a căror amploare o concura, pur și simplu, pe cea a parașutelor, chiar dacă pliseurile o mai disimulau, mantouri și pelerine ale căror falduri aminteau parcă moda «paner» a precedentului secol! Ne

bucură înțelepciunea noii mode, cu mult mai rezonabilă și mai pe potriva siluetelor de toate dimensiunile și, de ce nu, pentru toate vîrstele! Căci *cele două tendințe* ale modei *'79, nu întîmplător atît de diferite, ocolind exagerările, caută de fapt a împăca toate gusturile!*

În '79 hainele noastre redevin drepte, iar nota aceea de confort o dau cutele sau fronseurile abil strecurate, pentru a nu schimba forma aceasta care dă siluetei o notă aparte de suplețe, sau forma aceea atît de feminină, cu care Dior s-a făcut celebru după război, *cu talie centrată, cu partea de sus a hainei apropiată de corp și fusta largă sau foarte largă!*

Așadar, o permanență a liniei clasice, a liniei pe alocuri cu atît de accentuată notă sport, *așadar o cumințenie în croială!* Cît despre acel prea disputat subiect al ultimilor ani, *lungimea*, din nou un moment de *ponderare*: rochiile, fustele, pardesiurile sau mantourile *acoperă genunchiul, ajungînd adesea pînă la jumătatea gambei.*

PALETĂ DE GRIURI ÎNVIORATĂ DE OCRU ȘI ROȘU...

Între culorile anului, *griurile*, într-o adevărată gamă, începînd cu cele deschise, ajungînd la cele perlate, strălucitoare și terminînd cu cele închise, plumburii, amintind norii de ninsoare, sînt destinate a fi la modă cu iarna care începe! Cîteva nuanțe de *ocru* și *roșu* înviorează aceste tonuri desprinse parcă din poezia bacoviană!

De fapt, griurile, la fel de rafinate ca și bejurile sau marourile anilor trecuți, vădesc o influență cam... masculină în modă!

Iar pentru primăvară și vară se anunță culori pudrate,

inspirate din tonurile farduri-lor trusei noastre de machiaj! O încercare a spiritului practic, dar mai ales a gustului fiecăruia o constituie moda ansamblului compus din armonii «*ton în ton*», care în '79, ca şi în atîţia alţi ani, moda îl găseşte actual.

Materialele nu-s nici ele nemaivăzute. Se poartă cele cu *aspect velurat*, «*păr de cămilă*», *flanelurile*. Iar pentru vară, *etamine* şi *muselinuri*. Pentru seară se caută *catifelele*, *taftanurile* şi *jacardurile*. În ultimii ani, am tot purtat dungi, aşa încît '79 redescoperă în modă *carourile* rustice mici şi mijlocii! Cît despre imprimeuri, sînt la modă desenele, cu frunze şi flori de cîmp, motive de caşmir, geometrice sau romantice! Le-aţi mai văzut? Le-aţi mai purtat? E o dovadă că nu obosim niciodată să purtăm acele modele cărora simplitatea şi frumosul, prospeţimea şi, mai ales, inspiraţia, le-au pecetluit apariţia! Dacă aşa au conchis pînă şi creatorii de modă, prin excelenţă mesageri ai noutăţii!

UN STIL AL ANULUI ACESTA, CHIAR ŞI AL CELOR VIITORI, STILUL TRENCICOT

Căutînd în modă durabilul, ne oprim asupra trencicotului, care nu e doar haina primelor zile reci ale toamnei.

Trencicotul, cu însuşirile sale practice, cu linia sa comodă, aproape dreaptă, cu mîneci raglan, cu platca de sub care pornesc cei mai adesea creţuri, cu buzunare, cu guler sau cu glugă, tinde să devină un stil al pardesiului sau chiar al mantoului. Pentru '79 şi, s-ar părea, chiar pentru deceniul 9!

Mantourile şi impermeabilele continuă să fie ample, cu umeri largi, cu mîneci chimono sau raglan, croite odată cu platca, cu gulere mici, ofiţereşti, sau complet fără guiere!

Taioarele adoptă în continuare o *linie masculină*, cu sau fără şliţ, cu guler clasic mic.

Apare însă şi un alt tip, *tirolez*, cu jacheta strînsă pe talie, purtat cu o fustă largă, a cărei lungime atinge jumătatea gambei.

Şi, în sfîrşit, se menţine în moda 1979 taiorul cu jachetă

ampla, lungă pînă sub șold, cu crețuri din umeri și buzunare mari, aplicate.

FUSTE ȘI BLUZE, DAR MAI ALES ROCHII

Fustele vor fi, mai departe, confortabile, cu fronseuri sau cute mici, călcate, fuste «portofel», purtate cu bluze, veste, jachete și mantouri.

Iar *bluzele*, cu mult mai feminine, vor avea gulere mari, brodate, cu volane sau bordisite cu bleuri! Linia «ie» continuă să rămînă în modă! Fără a exclude în nici un fel clasica «chemisier», prezentă mai ales în moda orelor dimineții!

Pentru că *pantalonul* trece pe planul al 2-lea (adoptînd un stil foarte... masculin, fiind drept, citeodată strîns în partea de jos și... mai scurt), pentru *toată ziua* redevin vedete *rochiile!*

Rochiile *drepte*, la care accentul îl constituie montarea mînecii (cu umeri «căzuți» sau «pătrați») sau cele în genul *tunicii*, cu bordaje și șlițuri laterale, sau cele *romantice*, cu volane, broderii, cu mîneci bufante.

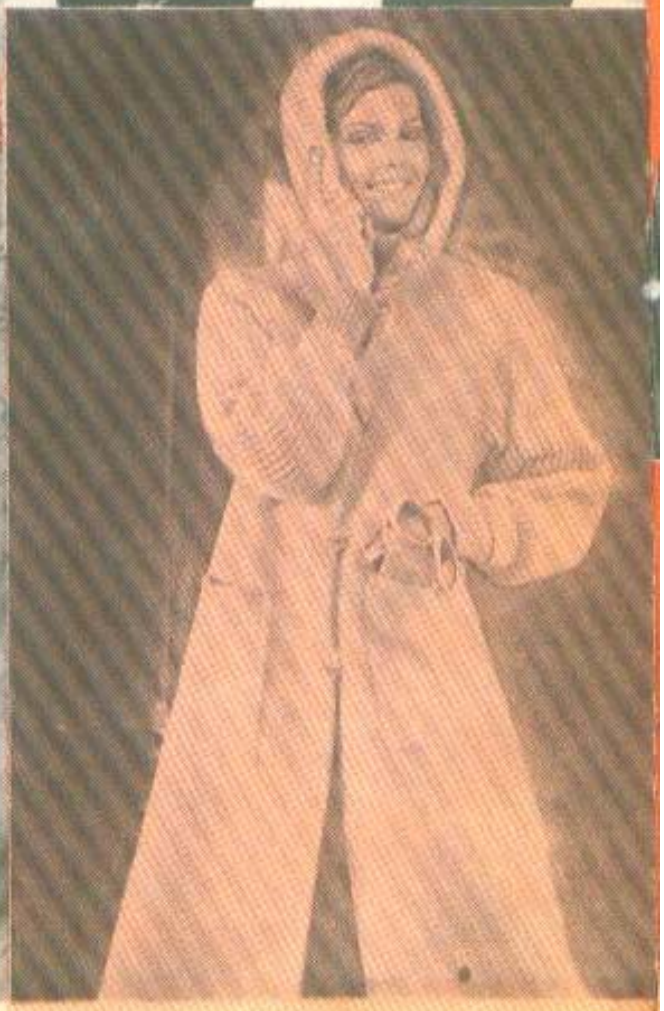
În acest context, *încălțămintea* devine suplă, cu vîrful subțire, alungit, și tocuri înalte și subțiri. Modelul de bază în acest caz este escarpenul. Încălțămintea de toată ziua și tip sport, cu vîrful mai confortabil și ușor rotunjit, evită formulele exagerate. Se adoptă modele de pantofi cu șiret și, în special, mocasinul, care este realizat atît în variante sport cît și mai elegante.

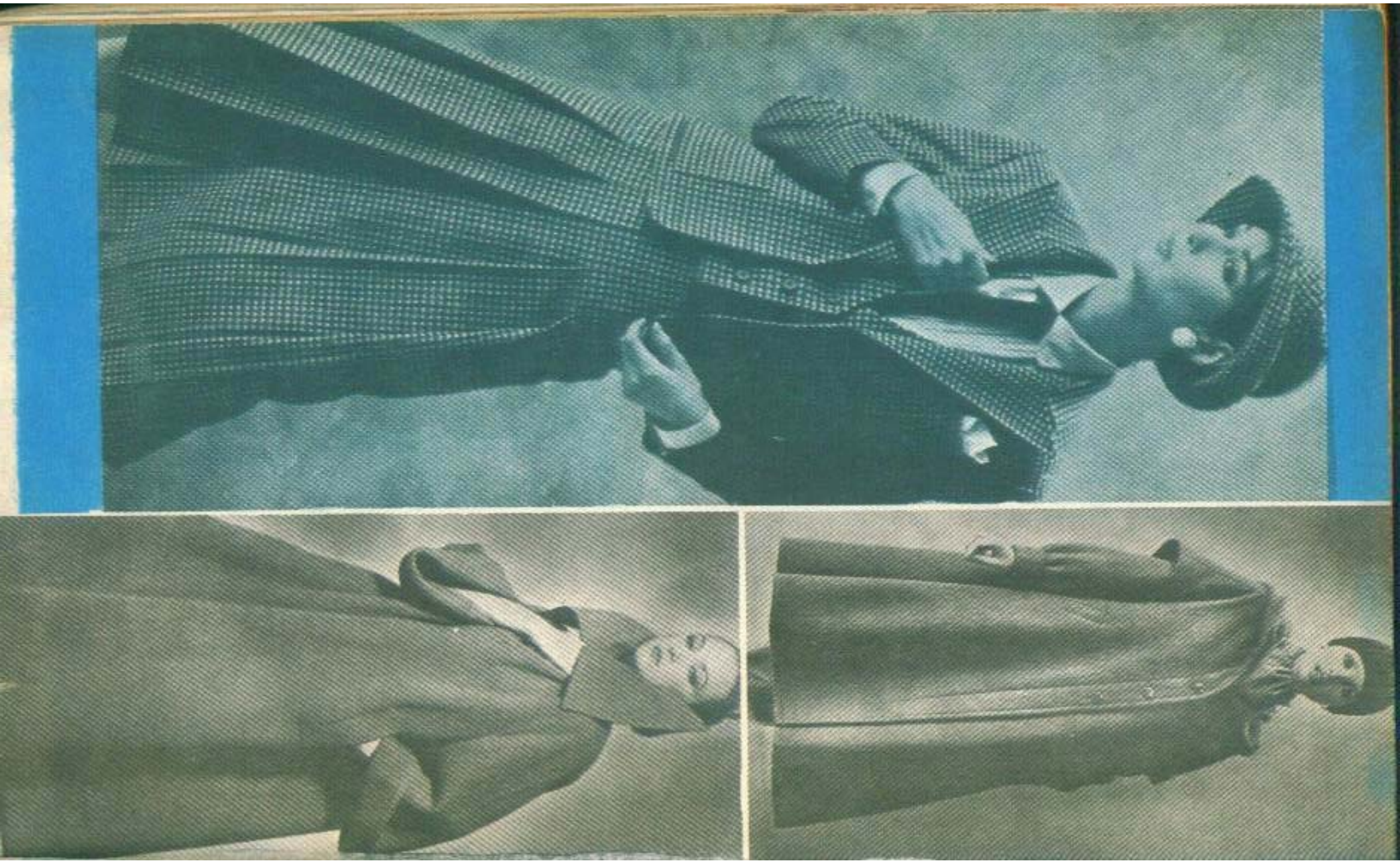
Pentru sezonul rece se preconizează ghete și cizme cu înălțimi ce ajung pînă la genunchi, tocurile și tălpile fiind mai subțiri, iar linia feței dreaptă, împodobită cu barete fine.

Poșetele cele mai moderne vor fi realizate din materiale moi, suple, cu mîner alungit sau lungime reglabilă, vedeta modei pentru 1979 fiind geanta sac. Deosebit de preferată de tineret este geanta pungă, de diferite dimensiuni.

Pentru poșetele elegante se păstrează formele plic, ca și cele clasice, realizate din piele sau catifea neagră, în combinație cu pasmanterie.

ANETA POPESCU





CINE - GHICITOARE

EROINE DE NEUITAT ALE ECRANULUI

Vă propunem ca, apelînd la memoria dumneavoastră cinefilă, să recunoașteți actrițele, realizatorii sau titlurile unor filme care la vremea lor au impus aceste personaje feminine în istoria filmului.

0

(Verificați-vă răspunsurile în pag. 187).

Moment de cumpănă: a fi sau a nu fi... În continuare primar, atunci cînd ești femeie și prejudecățile ce te înconjoară par uneori a fi mai tari decît încrederea în propriile-ți forțe. În ce film românesc a interpretat Margareta Pogonat acest rol?

Mila, apoi dragostea o fac pe eroina filmului bulgar «Hoțul de piersici» să încalce morala burgheză, riscîndu-și situația socială favorizată și pînă la urmă chiar viața. O actriță de mare sensibilitate interpretează acest rol. De cine e vorba?

2

Avocatul Jean și soția sa, într-un moment dureros din viața atîtor femei... Numai că soția lui Jean va găsi în ea resursele ca să depășească momentul de criză, va învăța să gîndească și să muncească, realizîndu-se ca om. Un film emoționant, datorat deopotrivă măiestriei regizorale franceze și sensibilității actriței distribuite în rolul principal. Vă amintiți numele lor?

3

4

O dragoste puternică între doi oameni ce par a fi făcuți unul pentru altul; și, totuși, concepțiile diferite despre lume îi vor despărți. Care era titlul acestui film american și care era protagonista?

5

Cu tact și infinită răbdare, înfruntă greutățile vieții alături de un soț-stăpîn, plin de prejudecăți. O recunoașteți pe actrița suedeză ce interpretează acest personaj?

6

Condamnata de o boală necruțătoare, eroina unui film suedez (ecranizare după un roman celebru) înfruntă moartea din dorința disperată de a avea un copil. Dîrzenia și curajul îi vor fi răsplătite: copilul mult dorit îi va aduce — miraculos — vindecarea. Vă reamintiți titlul filmului?

Imposibilitatea de a fi tu însăți într-o lume de convenție și fals. Ecranizarea aramei lui Ibsen, ce a rulat în cinematografele noastre sub titlul «Casa păpușilor», o avea cu protagonistă pe Jane Fonda. Cum se numește personajul central al filmului?

7

8

Oglindă, oglinjoară... mai pot fi iubită, oș mai putea fi fericită? După mulți ani de muncă asiduă, o femeie de știință găsește, în sfîrșit, un moment pentru ea însăși și se întreabă dacă nu cumva este prea tîrziu. Filmul este realizat de Malvina Urșianu. Silvia Popovici interoghează oglinda. Care este însă titlul acestei opere cinematografice de mare delicatețe?

9

Iat-o și pe Filomena, al cărei unic țel era asigurarea fericirii copiilor săi, chiar dacă pentru aceasta era necesară o «căsătorie în stil italian». Filmul, a cărui protagonistă era Sophia Loren, este adaptarea unei cunoscute piese de teatru. Cunoașteți titlul piesei și numele autorului ei?

10

Imaginea este din filmul italian **Eclipsa,** *dar ar putea tot atît de bine să fie din* **Noaptea** *sau din* **Aventura.** *Aceeași actriță — Monica Vitti.*

Cine este autorul acestei trilogii, analist subtil al psihologiei femeii?

În «Patima», Draga Olteanu interpretează un rol mai puțin obișnuit: Păuna Varlaam, un personaj pe care setea de bani îl va altera pînă la dezumanizare. Dar Draga Olteanu mai are o contribuție la realizarea filmului. Care este aceasta?

11

O femeie de condiție modestă hrănește un vis ambițios: fetița ei va fi neapărat un star de cinema. Trezirea la realitate va fi amară, după ce tînăra mamă va fi cunoscut fața urîtă a mitului, expresia jalnică a unei industrii aservite capitalului. Anna Magnani ne oferea în acest rol încă o creație de neuitat. Dar cum se numea filmul?

12

CABINET COSMETIC

FRUMUSEȚEA NOASTRĂ DE FIECARE ZI

Și iată-ne, reîntîlnindu-ne, la această rubrică, avînd constantă grija noastră pentru frumusețe. Înfățișarea, chipul, ținuta sînt rezultatul preocupărilor de fiecare zi, mărunte, multe, aproape toate intrate în reflex. Vom încerca să adăugăm cîteva, să vă reamintim altele, pentru că femeii, contemporanei noastre, nu-i mai poate fi indiferentă cum arată, pentru că prin întreaga sa ființă tinde spre armonie.

• *În competiție cu... cîntarul*

Vă propunem să începem, așa cum este și firesc, cu «opinia» acestui martor al preocupărilor noastre de a avea o siluetă normală, să pornim de la greutatea arătată de cîntar! Vă oferim un tabel al greutății feminine care, de această dată, depășește acel impas al calculelor cu care ne-am obișnuit, care propun femeii o aceeași greutate în decursul întregii vieți. Tabelul de față propune un amendament serios, acela al anilor care trec:

TALIA	VÎRSTA — în ani —							
cm.	15—16	17—19	20—24	25—29	30—39	40—49	50—59	60—69
150	45,4	46,3	47,7	50,0	53,1	56,3	57,7	58,6
151	46,0	46,9	48,2	50,5	53,7	56,9	58,2	58,9
152	46,5	47,4	48,8	51,0	54,2	57,4	58,8	59,3
153	47,1	48,1	49,4	51,6	54,8	57,9	59,3	59,8
154	47,9	48,8	50,1	52,1	55,3	58,5	59,8	60,3
155	48,6	49,5	50,8	52,6	55,8	59,0	60,4	60,8
156	49,3	50,2	51,3	53,2	56,3	59,5	60,9	61,3
157	50,0	50,9	51,9	53,7	56,9	60,0	61,4	61,9
158	50,6	51,5	52,4	54,3	57,4	60,6	62,1	62,5
159	51,1	52,1	53,0	54,8	58,0	61,1	62,6	63,2
160	51,7	52,6	53,5	55,3	58,5	61,7	63,5	63,9
161	52,2	53,3	54,0	55,9	59,0	62,4	64,2	64,7
162	52,8	54,0	54,6	56,5	59,6	63,1	64,9	65,4
163	53,4	54,8	55,2	57,0	60,1	63,8	65,7	66,1
164	54,1	55,5	55,9	57,7	60,7	64,3	66,4	66,8
165	54,8	56,2	56,6	58,5	61,2	64,8	67,1	67,5
166	55,5	56,7	57,3	59,2	61,9	65,5	67,8	68,2
167	56,2	57,3	58,1	59,9	62,6	66,2	68,5	68,9
168	56,9	57,8	58,7	60,5	63,2	66,9	69,2	69,7
169	57,4	58,3	59,2	61,1	63,8	67,6	69,9	70,4
170	58,0	58,9	59,8	61,6	64,3	68,4	70,6	71,1

(După IULIAN MINCU: «Ghidul terapeutic al obezității»)

• *Aveți câteva kilograme în plus? Slăbiți fără să vă înfometați!*

Se pare că este o realitate! Cel puțin așa o demonstrează regimul medicului elvețian Demode, un regim bogat în proteine, în legume și fructe. El este recomandat femeilor sănătoase și care nu au o muncă sedentară. Iată rația zilnică:

— 200-300 g de carne slabă de vită (sau pește) fiartă sau înăbușită;
— 2 ouă;
— 1/2 l de lapte bătut;
— 50 g de brînză;
— 100 g de cartofi;
— legume crude și fructe (sînt interzise perele și prunele);
— 2-3 felii de pîine;
— puțin zahăr și unt.

Dacă lucrați într-un loc unde nu vă mișcați prea mult și constatați că regimurile mai puțin drastice nu dau rezultatele pe care le doriți, dacă observați cum talia dv. se îngroașă (1 kg îi adaugă 1 cm), iată o altă soluție cu mult mai severă și care, deși nu implică nici un risc pentru sănătate, e mai greu de urmat. Aplicînd-o veți avea bucuria să vă subțiați talia cu cel puțin 1 cm pe zi.

Așadar, într-o zi mîncați: 4 mere, o bucată de carne slabă (apreciați singură cît), o lămîie și trei pesmeți!

E greu să rezistați mai mult de o zi! Dar dacă aveți forța necesară încercați măcar două-trei zile.

Reîncepeți să mîncați cu grijă pentru a nu «readăuga» kilogramele pierdute cu atîta trudă.

Iată și alimente interzise într-o cură de slăbire:

— cașcavalul, șvaițerul, camembert-ul, toate brînzeturile grase și sărate; cărnurile și mezelurile grase; pîinea și pastele făinoase în cantități mari; ouăle prăjite, leguminoasele uscate, cartofii în cantitate mare; fructele: stafide, curmale, struguri, prune, alune, nuci, arahide; grăsimile: frișca, smîntîna, slănina, untura; sosurile cu rîntaș; supele și ciorbele grase, dulciuri concentrate, creme, aluaturi cu grăsimi; băuturi: siropuri, alcoolul, cafeaua; condimentele: oțet, ierburi aromate, mărar, pătrunjel, cimbru! Citiți cu grijă și veți vedea că nu e o restricție atît de mare.

Se recomandă ca, în anumite perioade, în salate să folosiți 1-2 linguri de ulei de parafină, care poate înlocui uleiul și în același timp menține în stare de funcționare normală intestinul.

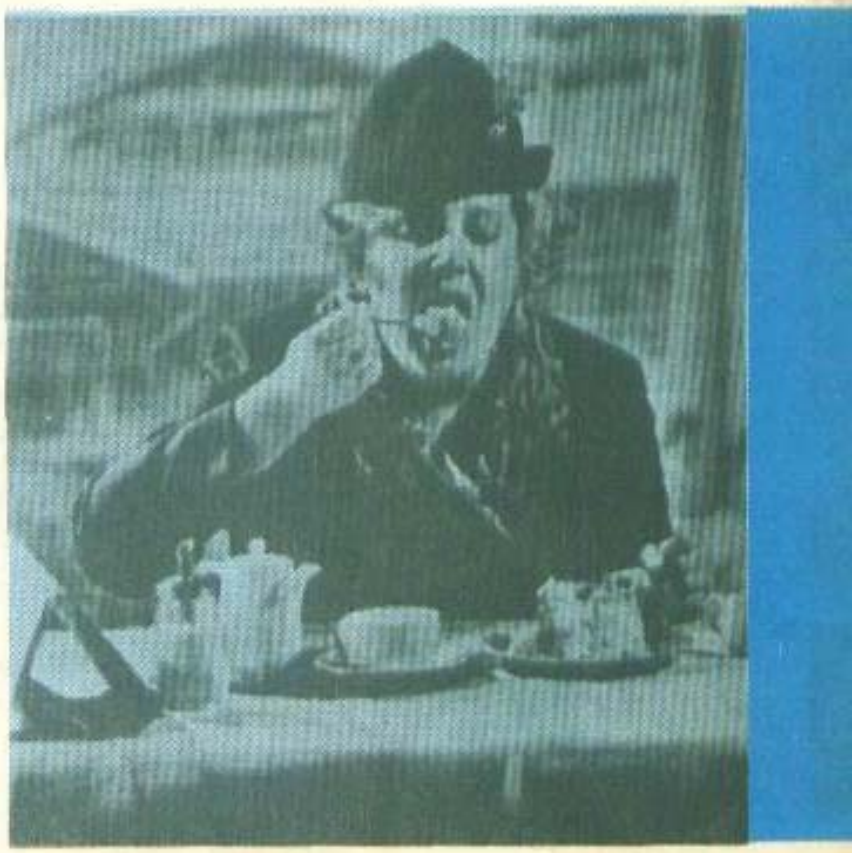
• *Cîteva kilograme în minus se pot transforma în cîțiva ani în plus!*

Atunci cînd începeți o cură de slăbire nu urmăriți doar linia corpului, ci și calitatea... pielii! Aceasta nu înseamnă numai tratamente cosmetice, ci în primul rînd hidratarea pielii, menținerea elasticității sale. Deci beți zilnic cel *puțin 1 1/2 litri de apă!*

Dacă aveți timp și dacă temperatura camerei o permite, după dușul zilnic, lăsați pielea să se zvînte singură fără a o șterge cu un prosop.

Cît despre pielea feței și a gîtului, nu numai că apa trebuie lăsată să se zvînte, dar trebuie umezită de cîteva ori pe zi cu apă, cu lapte nutritiv, cu o infuzie de mușețel sau cu creme hidratante!

Atenție: înlocuiți pe timp rece și cu vînt puternic cremele hidratante cu o cremă grasă.



• *Dacă n-aveți încă formată deprinderea de a face gimnastică...*

Vă propunem, dacă nu v-ați format încă deprinderea de a face gimnastică, cîteva exerciții pe care să le executați imediat ce v-ați trezit.

1. Primul exercițiu se poate executa sub pled, dacă în cameră nu este prea cald. Întindeți bine picioarele, cu genunchii și tălpile apropiate, ridicați brațele deasupra capului și întindeți-le energic, în prelungirea corpului. Relaxați-vă. Readuceți brațele ca la început, lipite de corp. Repetați de 3-4 ori.

2. Ridicați trunchiul, ajungînd în poziția șezînd, cu capul ușor pe spate și mîinile pe lîngă corp. Aplecați capul în față pînă cînd bărbia atinge pieptul, apoi lăsați capul pe spate. În timpul exercițiului păstrați ritmul normal al respirației. Repetați de 3-10 ori.

3. Din poziția culcat pe spate, ridicați piciorul stîng —

ușor îndoit din articulația genunchiului — pînă cînd ajunge deasupra celuilalt, care este perfect întins. Repetați exercițiul și cu celălalt picior. Ridicați apoi cît puteți picioarele cu genunchii întinși. Executați și cîteva mișcări cu labele picioarelor.

4. Ultimul exercițiu: din poziția culcat, cu fața în jos, capul, răsucit spre dreapta, se sprijină pe obrazul stîng, brațele pe lîngă trunchi. Contractați puternic musculatura, urmată de o extensie a toracelui și picioarelor.

Dacă aveți timpul necesar, după aceste cîteva minute de gimnastică faceți un duș și apoi fricționați-vă rapid corpul cu o mănușă aspră, din bumbac, impregnată cu o soluție fortifiantă (un litru de apă, 1 linguriță de oțet, 2 linguri de sare de bucătărie. Amestecul se păstrează într-o sticlă).

ESTE BINE DE ȘTIUT...

● Spălați părul săptămînal. Înainte de a da șamponul pe păr, diluați-l în puțină apă caldă. Iată un șampon revitalizant pe care vi-l puteți prepara singură: 2 ouă întregi, 1 lingură ulei de porumb sau soia și 1 lingură de rom, bine amestecate.

Vă periați părul? Folosiți o perie mai puțin aspră și dacă se poate din fire naturale. Nu periați prea violent părul, pentru că riscați să-l îngrășați, să determinați sebumul să secrete în exces.

Și nu uitați: peria se spală zilnic, altfel murdărește părul.

● Știți ce este platysma? Unul din mușchii gîtului, singurul văduvit de mișcare, ceea ce determină apariția bărbiei duble și a ridurilor de pe gît. Iată un exercițiu simplu, pe care e bine să-l exersați de cîte ori aveți ocazia. Încordați rapid mușchiul, împingînd bărbia înainte, trăgînd colțurile gurii în jos. Exercițiile se pot repeta de 10-15 ori pe zi. La început puteți exersa în oglindă, cu timpul, însă, de cîte ori vă găsiți o clipă singură.

● Tot pentru a vă păstra frumusețea gîtului, faceți băi calde și reci, alternativ, astfel: în două vase puneți apă fierbinte și respectiv rece. Luați un prosop, înmuiați-l în apă fierbinte, stoarceți-l, aplicați-l sub bărbie. Puneți apoi prosopul înmuiat în apă rece. Ultima compresă este cu apă rece. Procedeul reprezintă o minunată gimnastică a... vaselor sanguine, prevenind apariția bărbii duble.

● Multe femei au «pungi» sub ochi. Ele nu sînt totdeauna un semn al anilor ce trec. Vă recomandăm să încercați seara comprese reci și calde cu infuzie de flori de salvie. (Cumpărați salvia de la «Plafar». Infuzia se prepară astfel: 1 linguriță de flori într-o cană de apă fierbinte). Lichidul se împarte în două, lăsînd una din jumătăți să se răcească. Aplicați aceste comprese timp de o lună de zile.

● Aveți tendința de a vi se forma la coada ochiului faimoasa «labă a gîștei»? Descrețiți-o seară de seară, aplicînd în jurul ochilor un strat de cremă hrănitoare. Masați ușor crema cu mișcări circulare, pornind de la coada ochiului spre rădăcina nasului, mișcarea fiind totdeauna în jos, pentru a descreți laba gîștei.

● Vă supără pielea dv. cu grăsime în exces și multe puncte negre? Curățați pielea feței cu măsură, pentru a nu înlătura cu desăvîrșire stratul de sebum și pentru a nu irita glandele sebacee. Spălați fața cu un

săpun de copii sau cu un șampon pentru păr uscat «Extra» cu mușețel. Aplicați apoi o cremă hrănitoare și hidratantă. Pentru înlăturarea stratului de celule moarte folosiți crema «Dermin».

● Dacă aveți tenul palid și țineți să vi-l înviorați folosiți un fard de obraz sub formă de cremă sau compact. Nu folosiți ruj de buze pe obraz.

● «Măștile» rămîn un minunat remediu pentru menținerea prospețimii și suppleței tenului. Ele se pot aplica mai ales după baie, cînd pielea este curată și absorbția maximă, pentru că porii sînt deschiși. O mască se prepară astfel: se sfărîmă fructul într-un mic vas de porțelan și se amestecă cu amidon, smîntînă sau puțin ulei (preferabil de porumb sau soia), pînă capătă consistența unei paste. Se aplică pe față și pe gît, în prealabil curățate. Se lasă 20 de minute și se curăță cu apă călduță.

«Măști» pentru ten uscat: din struguri albi, portocale, un gălbenuș de ou sau suc de morcovi.

Pentru ten gras, «măști» de struguri negri, din grape-fruit, din fructe uscate și rehidratate sau din grape-fruit și drojdie de bere.

● *Noutăți cosmetice la „Miraj"...*

Întreprinderea bucureșteană «Miraj» a lansat de curînd o gamă de produse «Dermin» care asigură un serviciu cosmetic de curățire a pielii la domiciliu. Gama «Dermin» cuprinde o loțiune cu care se șterge fața, o cremă care se aplică cu ușurință uniform pe obraz, se lasă cîteva minute și apoi se curăță frecînd ușor. Pielea rămîne curată. Cu loțiunea a doua, ușor astringentă, se asigură închiderea porilor. Pentru anul '79, cercetătorii de la «Miraj» au pregătit în aceeași gamă trei măști pentru tenuri diferite: una emolientă, alta hidratantă și, în sfîrșit, una astringentă.

De asemenea, la «Miraj» sînt gata produsele din gama «April», din extracte de legume — morcovi, roșii, castraveți. Gama «April» cuprinde o cremă de zi hidratantă, o cremă pentru ochi și una supergrasă, de noapte. Este foarte potrivită pentru revitalizarea și hrănirea tenurilor ofilite, obosite.

Încă o noutate: rujul de buze cu substanță activă pentru fiecare din gamele de produse apărute pînă acum. Așadar, ruj «Bellatrix» pe bază de plante cardiotonice, ruj «Darclée» pe baza de ulei de vizon, «Miraj» cu ulei de nucă etc...

... și la „Nivea"

Deoarece hidratarea pielii echivalează cu păstrarea tinereții, cercetătorii brașoveni au experimentat și lansat gama de produse cosmetice «Nivea Super». Aceste produse ajută pielea să rețină și să conserve apa care-i este necesară. Ele sînt concepute pentru toate tipurile de tenuri. Așadar, o cremă superhidratantă pentru ten uscat, o cremă tonică și nutritivă pentru zi, una demachiantă, care ține loc și de o cremă ușoară. Gama «Nivea Super» este îmbunătățită cu un adaos de ulei de vizon, care permite circulația apei în piele și pătrunderea substanțelor hrănitoare cu mai multă ușurință în epidermă.

Produsele cele mai recente, măștile emoliente cu mușețel (alge marine și mușețel), precum și cu miros de fragi (algemarine și aromă de fructe) întîrzie îmbătrînirea pielii și mărește schimbul celular.

Rubrică realizată de
ANETA POPESCU

● *Machiajul '79*

Semnalăm cîteva din caracteristicile sale tocmai pentru că s-au produs cîteva modificări de culoare și de linie. Tenurile sînt mai luminoase (se folosește pudra mai puțin închisă, fardul de pe pomeți este mai estompat, iar rujul pentru buze în nuanțe pastelate). Sprîncenele sînt mai apropiate de linia lor naturală — nu se mai pensează exagerat de mult —, iar linia ochilor se conturează din nou cu creionul dermatograf.

COAFURA '79

Coafura noului an se definește printr-o linie simplă, care poate fi aranjată doar în cîteva minute. Esențialul în alegere ni rămîne să se asigure o deplină concordanță între linia pieptănăturii, forma capului și a feței. Și încă un element ce nu este de neglijat: vîrsta. Într-un cuvînt să știe întotdeauna această eternă lege: să ne alegem pieptănătura care ni se potrivește, care ne avantajează și care poate estompa unele imperfecțiuni ale trăsăturilor.

1

6

7

4

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

COPIII NOŞTRI

1. Răzvan SIPOŞAN, *Bucureşti*; 2. Adonis HERA, *Ghirdoveni-Dîmboviţa*; 3. Emil-Toma ARITON, *Aleşd-Bihor*; 4. Ada şi Cezar POPESCU, *Craiova*; 5. Clementina şi Anton TUDOSE, *Bucureşti*; 6. Cristian DIACONU, *Ploieşti*; 7. Marian VRACIU, *Sălcioara-Ialomiţa*; 8. Ileana IONESCU, *Bucureşti*; 9. Ciprian PINCZE, *Semlac-Arad*; 10. Răducu DIMA, *Iaşi*; 11. Iulian CIUCUR, *Bacău*; 12. Mihaela, Corneliu şi George NASTASE, *Bucureşti*; 13. Alina VLAD, *Braşov*; 14. Corina CHERESTEŞIU, *Petreşti-Cluj*; 15. Gabriel şi Raluca MARICA, *Bucureşti*; 16. Dănuţ ŞTIRBU, *Medgidia*; 17. Daniel CREŢU, *Iaşi*; 18. Ciprian IMBRESCU, *Anina, Caraş-Severin*; 19. Codruţa ILIEŞ, *Habic-Mureş*; 20. Costel BAZBANEL, *Tulcea*; 21. Marghita BORŞ, *Cîmpulung-Moldovenesc*; 22. Ruxandra GHIDIU, *Bucureşti*; 23. Alina şi Marilena ALEXANDRU, *Bucureşti*; 24. Sebastian PUŞCAŞ, *Baia Mare*; 25. Ionel şi Liliana MIREA, *Grădinari-Ilfov*; 26. Daniel OLĂNESCU, *Bucureşti*; 27. Dragoş NIŢĂ, *Bucureşti*; 28. Cristian MILOŞ, *Bocşa, Caraş-Severin*; 29. Mariana URUCU, *Izvoarele-Olt*; 30. Dragoş VASILESCU, *Bucureşti*; 31. Raluca MUNTEANU, *Roman*; 32. Mariana GINGIROF, *Bucureşti*; 33. Florin MANDIUC, *Rădăuţi*; 34. Florin DINESCU, *Hunedoara*; 35. Mariana ION, *Bucureşti*; 36. Monica şi Ionela NEGRU, *Galaţi*.

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

37. Ioana BUŞCU, *Vergulesu-Olt*; 38. Andrei GEORGESCU, *Bucureşti*; 39—40. Corina şi Sorin ROŞIANU, *Braşov*; 41. Alina GHERGU, *Bucureşti*; 42. Alexandru LUPU, *Bucureşti*; 43. Oana IONESCU, *Moineşti-Bacău*; 44. Alice şi Paul ULIERU, *Bucureşti*; 45. Anca CAJUAN, *Botoşani*; 46. Roxana POPESCU, *Bucureşti*; 47. Laurenţiu SIMESCU, *Slatina*; 48. Ioana GHIŢĂ, *Bucureşti*; 49. Irina CODREA, *Bucureşti*; 50. Roxana şi Iulia BĂLTĂREŢU, *Bucureşti*; 51. Adi PANĂ, *Oltenita*; 52. Adrian ZĂINESCU, 53. Andreea IONESCU, 54. Tudor MURGAN, *Bucureşti*.

40

41

42

43

44

45

46

47 51

48 52

49 53

50 54

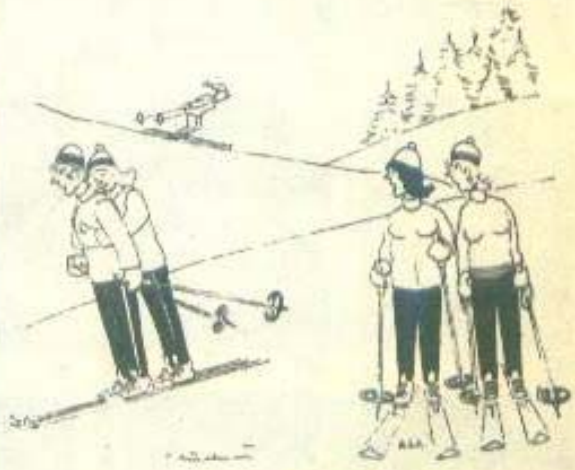
— Sînteți sigură că băiatul dv. avea numai patru ani cînd v-ați urcat în tren?

— Tată, te așteaptă o nouă medalie!

— Iar eu îți repet că prima noastră dispută am avut-o în această intersecție, și nu acolo...

O NONAGENARĂ, PROFESOARĂ DE CARATE

În vîrstă de 86 de ani, Jeanne Liberman din Paris este cunoscută pentru faptul că la această etate conduce în capitala Franței o școală de judo, karate și yoga. Datorită unor incredibile însușiri fizice, «bunica Jeanne» predă personal unele lecții demonstrînd o deosebită putere și mobilitate. «Singurul mijloc prin care oamenii își pot păstra o stare de sănătate corespunzătoare este mișcarea fizică», declară ea. În prezent, activa nonagenară pregătește publicarea unei cărți autobiografice intitulată «Bătrînețea nu există», în care prezintă propria sa experiență de viață și arată căile pe care trebuie să le adopte toți cei care doresc să-i urmeze exemplul.



— Se cunoaște că sînt în luna de miere.

„AM FOST PRIVIT CA UN FENOMEN"

«Copiii îmi plac foarte mult... Şi ca să-i ajut să trăiască am ales meseria de educator într-o grădiniţă». El este unul din cei 152 de bărbaţi care practică în Franţa această profesie.

Lui Christian Bonard nu i-a fost uşor să fie acceptat în acest rol, să explice nu numai că nu îi este greu, dar că «voia» să facă o muncă considerată în mod obişnuit apanaj feminin. După cum nu le-a fost celorlalţi uşor. «Cînd în 1973 am prezentat cererea în acest sens la districtul din Bobigny, am fost privit ca un fenomen», povesteşte. «Secretara mi-a spus: nu puteţi căpăta un post la grădiniţă, vă sfătuiesc să prezentaţi cererea pentru scoala elementară». «Nu m-am lăsat convins. Voiam să mă ocup de copiii mici, de cei care trebuie într-adevăr să descopere totul şi puţin cîte puţin: culorile, pictura, lumea exterioară, propriul corp. Şi e atît de frumos să vezi cîte progrese fac, rapid. Să încerci să-i faci să înţeleagă că libertatea nu constă în a face ceea ce vor, ci în a fi parte dintr-un grup, în a trăi în armonie cu ceilalţi».

Lui Christian i-a mers bine. Cererea sa a fost acceptată şi a primit numirea de educator la grădiniţă. Cu o mică particularitate: numirea nu era pe numele lui Christian, adică pe numele lui, ci pe numele unei necunoscute — Eva Christian. Responsabilii districtului Bobigny crezuseră că e vorba de o femeie! Oricum, au lăsat lucrurile aşa şi educatorul predă azi la o «clasă» compusă din 32 de copii veseli şi gălăgioşi.

«E o distracţie — spune. Dansăm, recităm, cîntăm, învăţăm, facem o mie de lucruri manuale. În sfîrşit, totul merge bine».

La început avusese greutăţi. Mai ales din cauza neîncrederii unora din părinţi, care nu vedeau cu ochi buni un bărbat în rol de educatoare. Într-o zi o mamă l-a întrebat tendenţios, mai mult decît jenant: «Cum — i-a spus — nu e şi o educatoare cu dumneavoastră? Şi dacă fetiţa mea vrea să facă pipi?» Christian i-a explicat răbdător că nu e nici o problemă: că predă de 4 ani şi că era în stare să răspundă oricăror necesităţi ale copiilor, băieţi sau fetiţe.

Psihologi şi pedagogi nu sînt de acord între ei. După părerea unui psiholog francez, d-na Marie Borgnier, «sosirea unor bărbaţi la grădiniţă răspunde — în afara evoluţiei rolului tatălui în familie, creşterea copiilor nerevenind doar femeii, — şi unor preocupări pediatrice. Studiile făcute în ultimii ani au demonstrat necesitatea unei relaţii între bărbaţi şi cei mici. Grădiniţa nu poate neglija acest lucru». Françoise Dolto, psiholog de copii, afirmă: „Problema nu e să dai copiilor în şcoală, în primii ani, o imagine «maternă» substituică, ci este să le dai certitudinea că sînt urmăriţi cu atenţie şi cu dragoste. Cîte «educatoare», clar dotate cu atribute feminine, nu se comportă cu copiii în mod «paternalistic» sau de-a dreptul autoritar!"

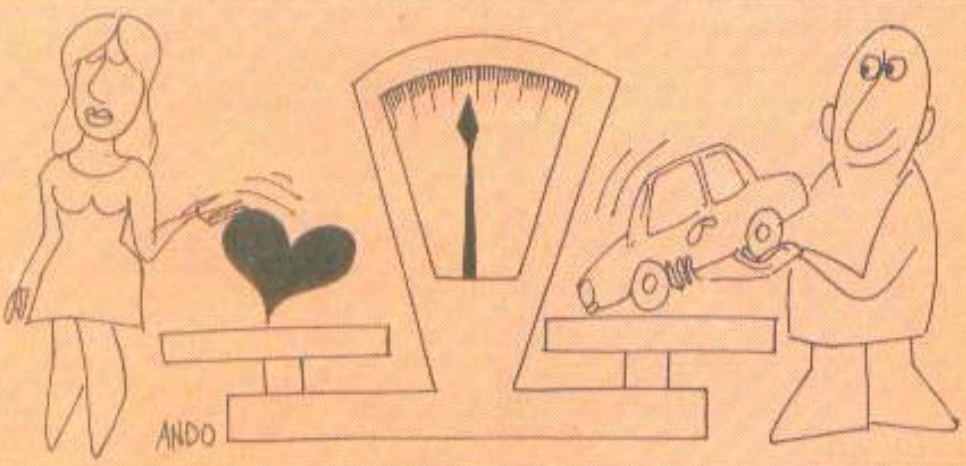
AL 20-LEA COPIL

Presa italiană s-a ocupat mult timp de soţii Luigi şi Lucia Guerra din oraşul Manfredonia. Motivul îl constituie faptul că, în acest an, Lucia Guerra a născut cel de-al 20-lea copil. Dintre aceştia sînt în viaţă 17, şase fete şi 11 băieţi. De remarcat faptul că doi dintre copii sînt căsătoriţi, că mama are doar 44 de ani şi că cei 20 de copii s-au născut la intervale egale (unul în fiecare an).

La masă, mama aduce o pîine uriaşă. Apetitul copiilor este mare...

Copiii împreună cu părinţii şi cu bunica.

Desene de O. ANDRONIC



669 kilograme faolaltă

S-au mai publicat diferite ştiri în legătură cu fraţii gemeni Benny şi Billy Mc Guire, în vîrstă de 29 de ani, cunoscuţi în întreaga lume ca cei mai graşi fraţi gemeni din lume.

Pofta lor de mîncare este proporţională cu... greutatea lor. Iată, din simplă curiozitate, cu ce se hrănesc într-o zi: dimineaţa amîndoi consumă 18-20 de ouă, 4 kilograme de şuncă, un kilogram de pîine, 3 litri de suc de portocale şi 16 cafele. La masa de prînz consumă: 3 kilograme de carne, un kilogram de cartofi, unul de pîine şi cinci litri de ceai. Seara masa este mai «uşoară»: 3 kilograme de carne, 8 kilograme de cartofi, 1 kilogram de salate, 5 litri de ceai, 8 cești de cafea.

Costele, e la tine rimelul meu?

Desen de MATTY

Un film care reconstituie furtul „Giocondei"

Regizorul italian Renato Castellani a terminat turnarea unui film care reconstituie furtul celebrului tablou «Gioconda», opera inegalabilă a lui Leonardo da Vinci. Filmul reconstituie în mod exact faimoasa întîmplare petrecută în anul 1911, cînd din Muzeul «Luvru» din Paris a fost furată celebra pictură. În perioada respectivă, dispariţia misterioasă a tabloului a suscitat o mare senzaţie şi ziarele au acordat, în mod firesc, o atenţie deosebită acestui uimitor şi neaşteptat eveniment. Printre multe şi senzaţionale relatări, a fost subliniat şi un aspect comic, care a dus de fapt la descoperirea furtului. Astfel, s-a menţionat că, în dimineaţa primei zile după furt, un vizitator neaflînd tabloul la locul său, s-a apropiat de un paznic şi l-a întrebat: „Unde este «Gioconda»? Aţi vîndut-o?" La care paznicul i-a răspuns: «Da, cred că am vîndut-o împreună cu Venus din Millo»...

A fost alertată poliţia şi imediat au început cercetările. Cu toată imensa desfăşurare de forţe, cu toate măsurile care s-au luat, nu s-a putut descoperi nici o urmă cît de vagă. S-au emis ipotezele cele mai năstruşnice, printre care şi cele referitoare la posibilitatea ca de această dispariţie să fie vinovaţi nici mai mult, nici mai puţin decît tinerii (în vremea respectivă) Picasso şi Apollinaire, care au şi fost interogaţi.

În fine, după doi ani fără rezultate practice, cînd se părea că lucrurile au ajuns la un punct mort şi pierderea inestimabilei valori este iremediabilă, a venit şi marea lovitură de teatru. Direcţia Galeriei Uffizi din Florenţa a primit o scrisoare de la un oarecare Vicenzo Peruggia, care, pur şi simplu, oferea celebrul tablou spre păstrare şi expunerea lui în acest muzeu.

La procesul care a urmat şi care a făcut o mare senzaţie, autorul furtului s-a cam încurcat în explicaţii atunci cînd a fost întrebat despre motivele neobişnuitului său act. Două au fost versiunile avansate de el. Prima, încerca să justifice actul prin raţiuni patriotice: «Doream să redau Italiei o operă de artă care-i aparţine». A doua a fost de ordin sentimental: «Gioconda seamănă uimitor cu o fată care a murit într-un accident şi nu pot s-o uit».

Cu acelaşi prilej, Vincenzo Peruggia a dat amănunte cum a comis furtul, cum a reuşit să-l transporte, nu numai prin Paris şi Franţa, ci şi cum a ajuns cu tabloul la Florenţa, la hotelul «Tripoli», unde l-a ţinut ascuns doi ani sub pat şi unde a şi fost găsit de poliţie în perfectă stare de conservare.

Vincenzo Peruggia a fost condamnat la un an de zile închisoare. Apoi s-a reîntors în patrie şi a locuit într-un sat din Savoia pînă în anul 1947, cînd a decedat.

Arahne

Mitul grecesc al ţesătoarei excepţionale Arahne este, dacă vrem să-i socotim asa, o fabulă a demnităţii feminine. Ştim că zeiţa Athena patrona şi artele, fiind considerată ea însăşi o bună artizană. Într-o emulaţie cu zeiţa, această Arahne (numele ei înseamnă «păianjen»), care era o modestă fiică a boiangiului de purpură Idmon, şi-a îngăduit s-o stideze pe Athena, căci cunoscîndu-şi măiestria s-a încumetat să participe la un concurs de ranguri inegale. În cursul emulaţiei acceptate, zeiţa ţese pînza cu imaginile simbolice ale celor doisprezece mari zei olimpieni, însoţite de imagini ale pedepselor pe care zeii obişnuiesc să le aplice oamenilor răzvrătiţi contra rînduielilor divine. Potrivnic temelor înfumurate ale zeiţei, tînăra fată de boiangiu ţese pînze cu simboluri pasnice, totuşi nu lipsite de aluzii ironice la viaţa libertină a zeilor şi zeiţelor, cum şi la metamorfozele acestora, nu totdeauna vrednice (de pildă, Zeus transformîndu-se, cu scopuri erotice, în taur). Jignită de adevărul spus în simbolurile ţesute pe pînză, Athena îi sfîşie lucrările rivalei sale, iar fata se spînzură de durere şi ofensă. În ultima clipă, Athena, chipurile, se milostiveşte şi n-o lasă pe fată să moară de tot, ci o preface într-un păianjen, numindu-o astfel **Arahne** şi hărăzindu-i soarta să-şi ţesă pînza la infinit.

Mitul e construit pe lupta între orgolii, dar simbolul său subînţeles înfierează de fapt invidia artizanului inferior faţă de artist.

V.K.

— Ia, dragă, umbrela. O să te ude ploaia.

— Draga mea, închide fereastra, vreau să respir un strop de aer curat.

— Trebuie să ţineţi seama de faptul că în zilele noastre totul se dezvoltă.

INDISCREȚIA OBIECTIVULUI

Progres...

MĂRTURISIRE

— Acesta-i adevărul, draga mea, m-am căsătorit cu tine pentru că m-am îndrăgostit de la prima vedere. Asta e obiceiul meu prost. Nu mă uit și a doua oară.

— Ai grijă, uită-te atent, să nu ne atace furnicile.

MEMORII

Doi scriitori se întîlnesc după cîțiva ani:

— Deci, amice, cu ce ziceai că te ocupi acum?

— Îmi scriu memoriile.

— Grozav, cu ocazia aceasta poate îți aduci aminte că-mi datorezi 1 000 de franci de acita amar de vreme!

CONFUZIE

— Ospătar, nota asta este astronomică !

— Confuzie, este... gastronomică.

TRIBUT...

Întorcîndu-se de la grădiniță, Ștefan îi spune mamei:

— Mamă, m-a bătut o fetiță.

— De ce ai lăsat-o?

— Pentru că era frumoasă.

— Sper că vorbele astea frumoase sînt ale tale?!

SOLUȚIILE JOCURILOR

CINE-GHICITOARE

1. «Orașul văzut de sus»; 2. Nevena Kokanova; 3. Yanick Bellon Francis Lambiotte; 4. «Cei mai frumoși ani»; Barbra Streissand; 5. Liv Ullman; 6. «Prințesa»; 7. «Nora»; 8. «Gioconda fără surîs»; 9. «Filomena Marturano», Eduardo de Filippo; 10. Michelangelo Antonioni; 11. Co-scenaristă sau autoare a scenariului în colaborare cu George Cornea; 12. «Bellissima»

CÎTE?

Sînt opt cercuri.

DOUĂ IMAGINI
(Soluția)

Soluțiile: A-3 și B-2.

CULINARĂ

1. Rabelais — Ha; 2. Aman — Huipav; 3. Pateu — Găină; 4. Aro — RM — BS — R; 5. C — Casap — Ceu; 6. Eu — Cicero — L; 7. Laț — Irita; 8. Ait — Anes — Lo; 9. R — Rufa — Emir; 10. Atent — Ataca; 11. Brutari — Tel.

DE DRAGOSTE

1. Miri — Adonis; 2. Adorată — Ana; 3. Mozart — Onor; 4. Elena — Uri — U; 5. It — Guri — Pt.; 6. D — Amor — Ore; 7. Ru — Anion — Lg; 8. Adio — Td — Mee; 9. Gaz — Fiori — L; 10. Urări — Romeo; 11. Tînără — Bias.

PODOABE

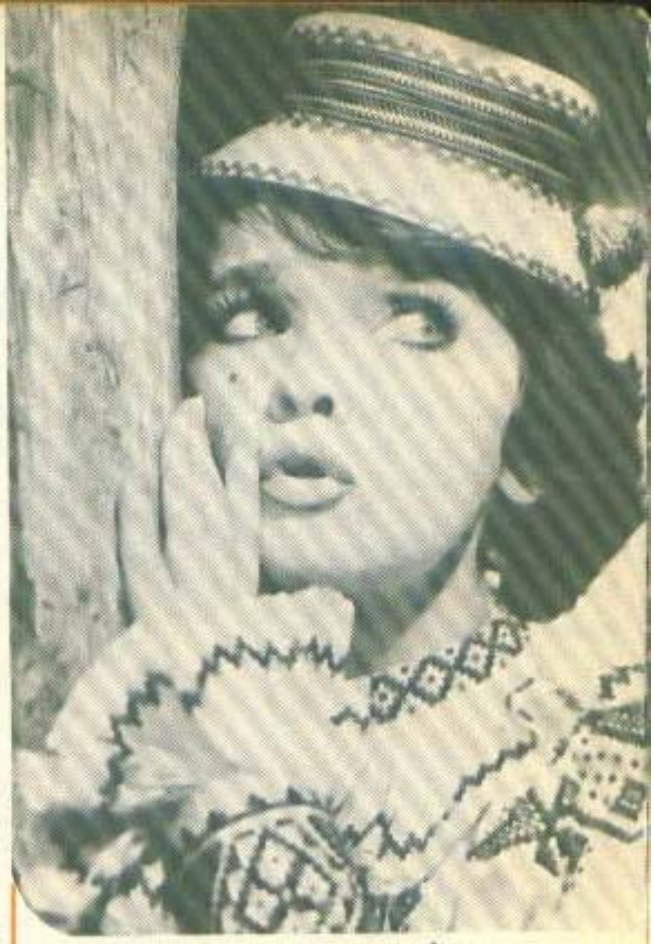
1. Bizet — Petală; 2. Inelar — Rubin; 3. Iora — Ametist; 4. Ux — Neculuță; 5. T — Riset — Ni — P; 6) Eda — Ales — Ria; 7. Rujuri — Eu — Nr; 8. Ib — Nf — Agrafă; 9. Elegant — Bios; 10. Arh — Iliescu; 11. Argintar — Tat; 12. Zeie — Așezate.

autografe '79

- Margareta Pîslaru
- Sofia Vicoveanca
- Ionela Prodan
- Mihai Constantinescu
- Nicolae Sabău
- Mircea Vintilă
- Nicu Alifantis

urează tuturor cititorilor Almanahului «Femeia» 1979 multă sănătate, fericire, împlinirea tuturor dorințelor și tradiționalul:

La mulți ani!



Margareta

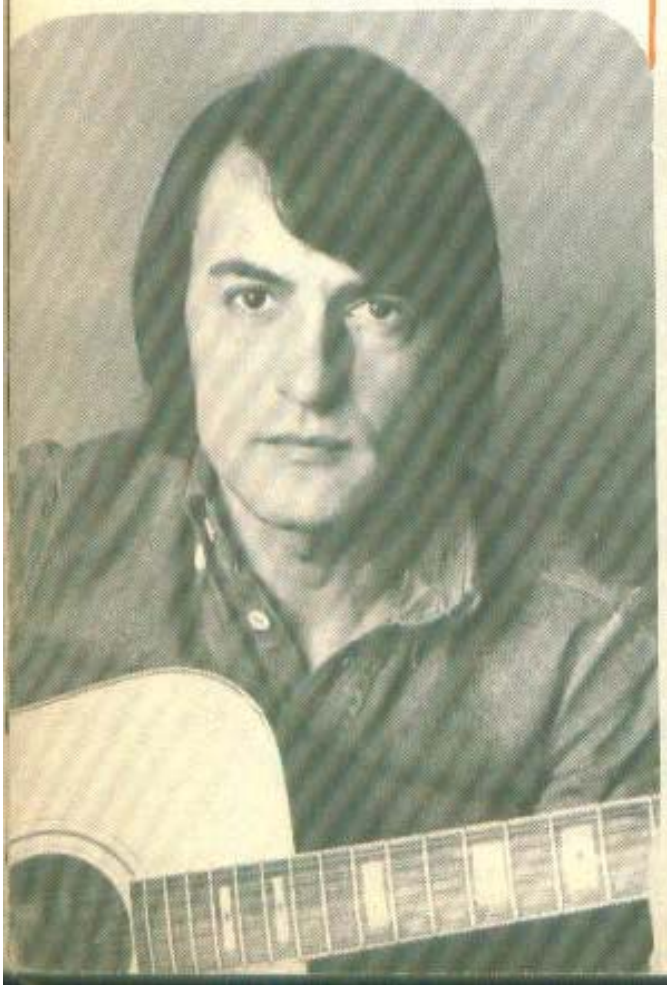


Foto-cronică judiciară

CAZUL „MARCELA“

de ION TIPSIE

Alertă la Miliția municipiului București: în scurt timp se comiseseră mai multe furturi prin spargere, în condiții din cele mai ciudate. Autorii (sau autorul) operau, căutînd obiecte de valoare mare și volum mic. Se opera cu o *delicatețe* ieșită din comun, cu o *gingășie* neîntîlnită la furturile comise prin spargere. Modul de operare a fost analizat cu atenție și *umbra* infractorului a început să fie urmărită în zonele în care se găseau obiecte și valori *îndrăgite* de infractor, căutîndu-se fiecare greșeală a acestuia în labirintul misterioaselor lovituri în nocturnă.

Și prima greșeală s-a produs: autorul își *iese din mînă* și comite un furt la:

...Asociația scriitorilor din București. Deziluzie pentru făptaș, care, în afara Almanahului literar și a cîtorva manuscrise, nu găsește decît puține lucruri aparținînd lui Gheorghe Tomozei, Mircea Micu, Elena Raicu, Maria Călinan... Este alertat dispeceratul I.M.B.

...de unde se dispune constituirea echipei de cercetare...

...iar pe urmele autorului este trimis un cîine de urmărire. Dar în strada Izbiceni acestea se pierd.

Chiar dacă de la Asociația scriitorilor nu a furat prea multe obiecte, în schimb autorul și-a lăsat amprentele, care au fost ridicate de echipa de cercetare.

Un locatar a declarat: în timpul serii a avut impresia că deasupra fișecelor ce despart Asociația de restul imobilului a zărit imaginea unei femei.

Amprentele sînt trimise la Institutul de criminalistică din I.G.M. Expertul criminalist Sofia Sima stabilește că ele aparțin lui C.Z. Marcel, din str. Izbiceni nr. 149. Pe aceeași pistă mersese și cîinele de urmărire.

Dar la adresa indicată, stupoare: ofițerul este întîmpinat de o femeie care regretă din inimă... C.Z. Marcel nu există! Sau, cel puțin, nu locuiește la această adresă.

Expertul criminalist Sofia Sima reia verificările și face o descoperire demnă de acest sfîrșit al secolului XX: C.Z. Marcel, într-adevăr, nu mai există. Printr-o operație estetică, admisă de lege, și printr-o hotărîre judecătorească, Marcel «dispăruse»... Dar adresa a rămas aceeași...

Prin metoda «identikit» se stabilește asemănarea dintre imaginea recepționată de locatarul din imobilul Asociației scriitorilor din București și una din fotografiile proaspetei... C.Z. Marcela (fost C.Z. Marcel).

La percheziția efectuată la domiciliul acesteia, s-au găsit, nevalorificate, peste o mie de obiecte furate, în valoare de mai multe sute de mii de lei...

...ceea ce i-a prilejuit o invitație oficială, pe termen lung, acolo unde ajung ce-i ce încalcă legile țării.

Redactor șef: MARIA COSTACHE
Redactor șef-adjunct: MARIA CIOCAN, secretară a C.N.F.
Secretar responsabil de redacție: CONSTANȚA NICULESCU

Fotoreporteri: Spirea TOMESCU și Paul ULIERU

Prezentarea grafică: Radu Georgescu; Prezentarea tehnică: Tudor Florea;
Corector: Ion Adam

Tiparul executat la Combinatul Poligrafic „Casa Scînteii"

OFICIILE JUDEȚENE DE TURISM și filialele acestora vă oferă bilete pentru cura balneară la:

Amara, Bazna, Balta Albă, Borsec, Buziaș, Băile Tușnad, Căciulata, Călimănești, Călacea, Covasna, Eforie, Felix, Geoagiu, Govora, Herculane, Lacul Sărat, 1 Mai, Malnaș, Moneasa, Ocna Sibiului, Olănești, Pucioasa, Sovata, Slănic Moldova, Singeorz Băi, Techirghiol, Vatra Dornei, Vîlcele.

Primăvara, toamna și iarna, timpul este mai rece, dar în stațiunile balneare veți găsi în compensație un climat favorabil desfășurării optime a tratamentului, în condițiile unei mai reduse solicitări a medicilor și instalațiilor balneare. În plus, trebuie să adăugăm că în această perioadă se aplică tarife reduse pentru biletele de cură balneară, iar la transportul pe C.F.R. se beneficiază de reducere de tarif.

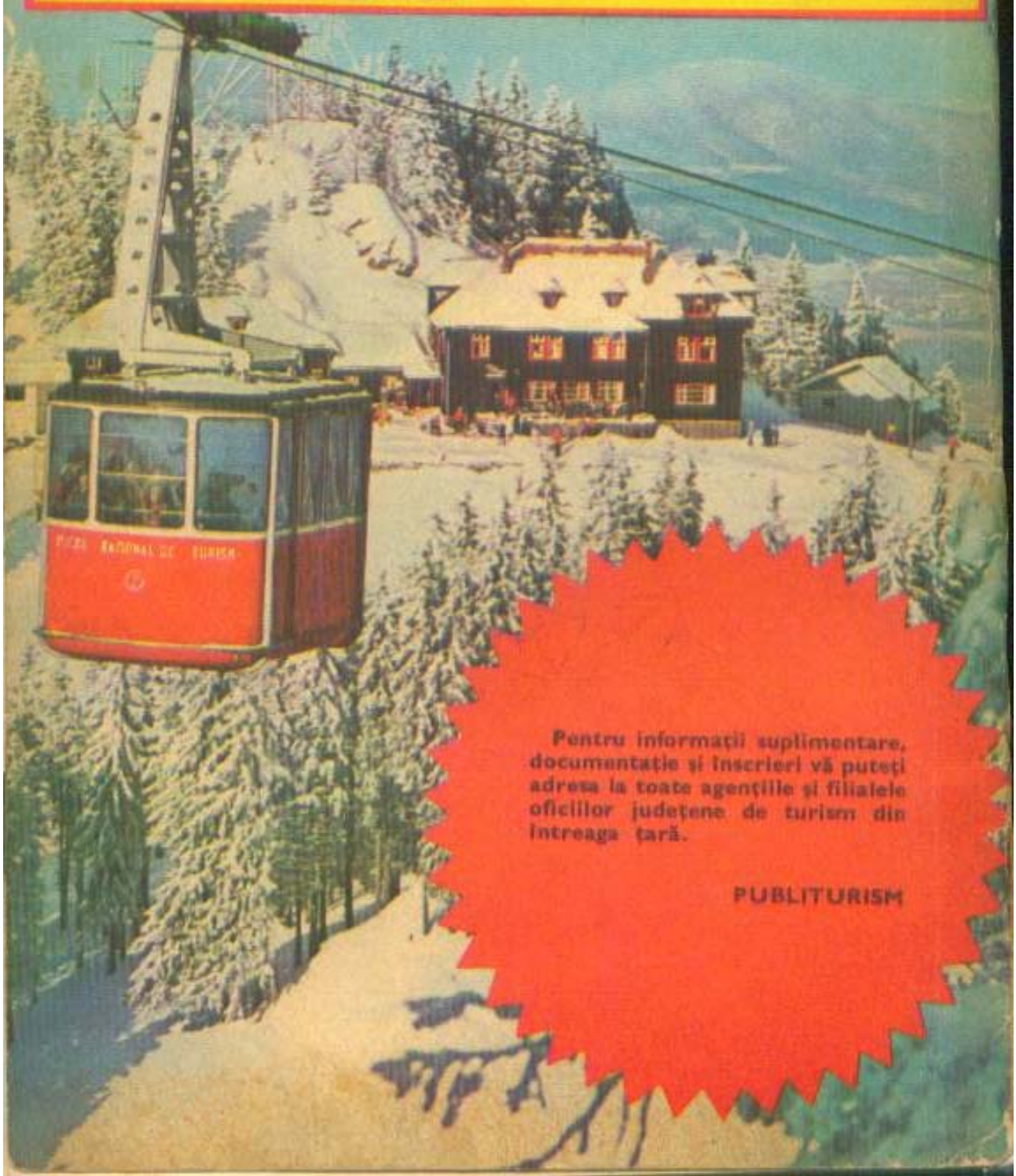
Pentru informații suplimentare, documentație și înscrieri vă puteți adresa la toate agențiile și filialele oficiilor județene de turism din întreaga țară.

PUBLITURISM

OFICIILE JUDEȚENE DE TURISM și filialele acestora vă oferă bilete pentru cura balneară la:

Amara, Bazna, Balta Albă, Borsec, Buziaș, Băile Tușnad, Căciulata, Călimănești, Călacea, Covasna, Eforie, Felix, Geoagiu, Govora, Herculane, Lacul Sărat, 1 Mai, Malnaș, Moneasa, Ocna Sibiului, Olănești, Pucioasa, Sovata, Slănic Moldova, Singeorz Băi, Techirghiol, Vatra Dornei, Vîlcele.

Primăvara, toamna și iarna, timpul este mai rece, dar în stațiunile balneare veți găsi în compensație un climat favorabil derfășurării optime a tratamentului, în condițiile unei mai reduse solicitări a medicilor și instalațiilor balneare. În plus, trebuie să adăugăm că în această perioadă se aplică tarife reduse pentru biletele de cură balneară, iar la transportul pe C.F.R. se beneficiază de reducere de tarif.



Pentru informații suplimentare, documentație și înscrieri vă puteți adresa la toate agențiile și filialele oficiilor județene de turism din întreaga țară.

PUBLITURISM